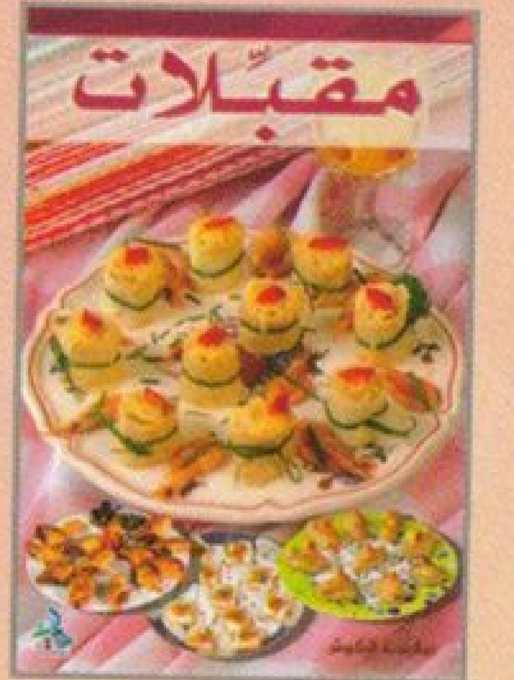
نوفيسة الكوش

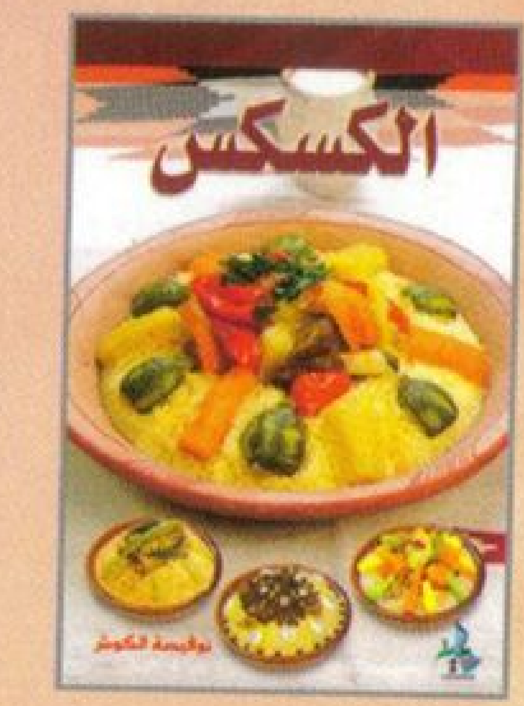
وجبات رمضان

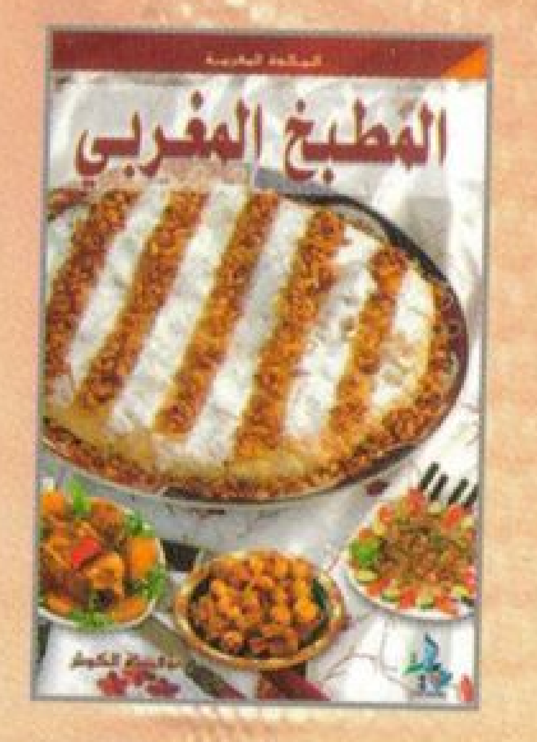
UNIVERSEL

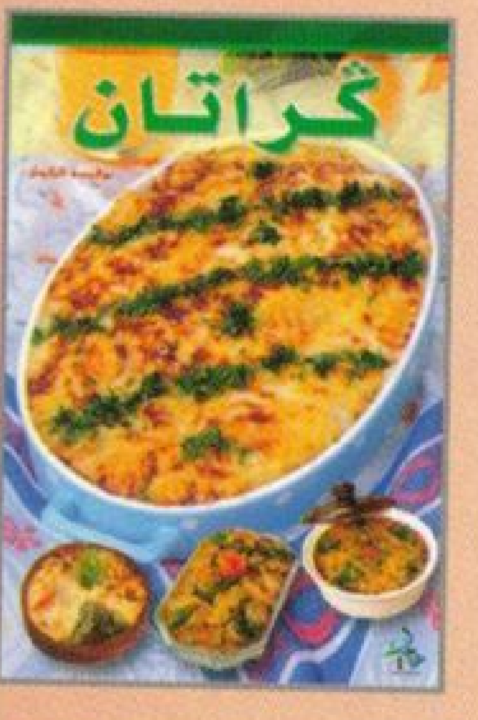
صدر عن نفس دار النشر

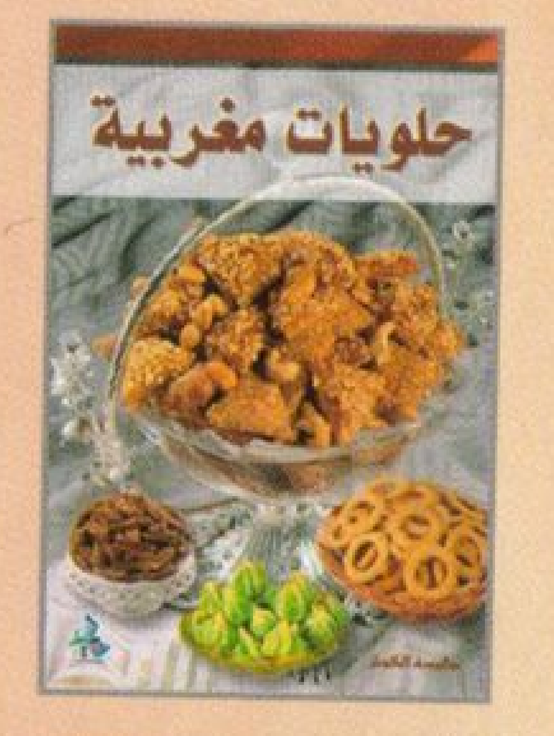


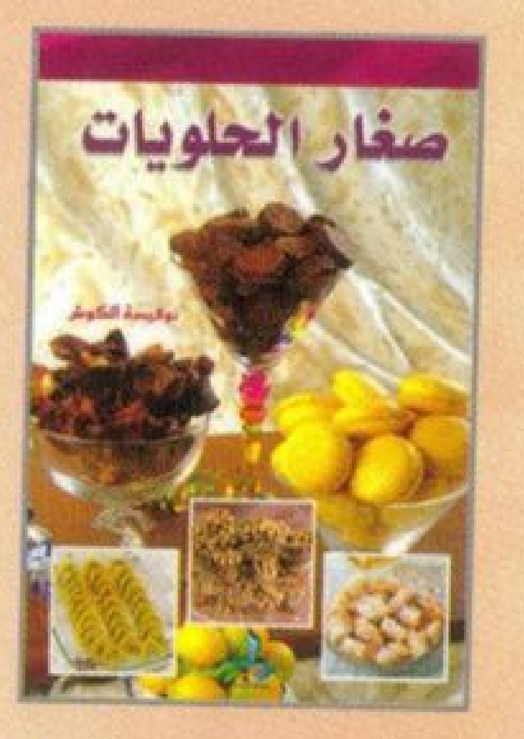


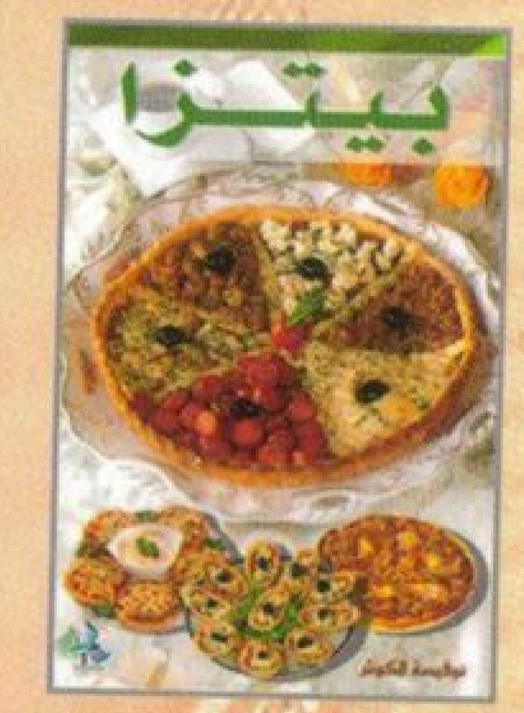


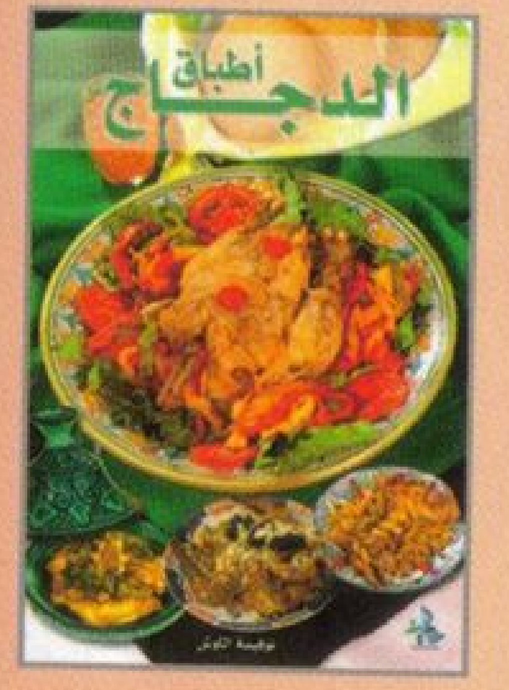


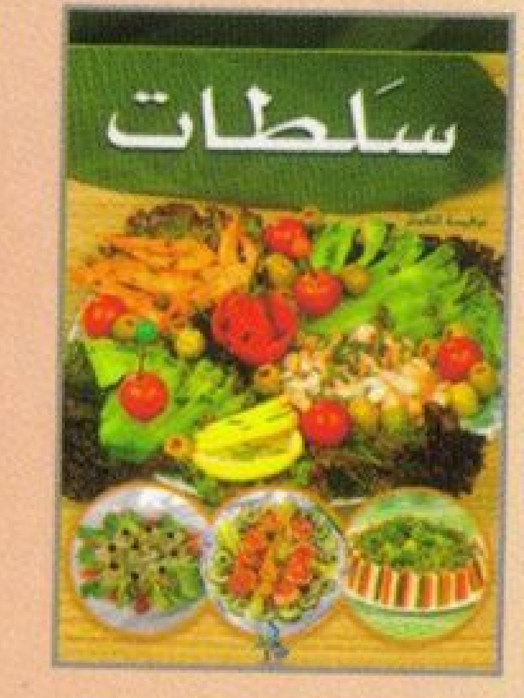


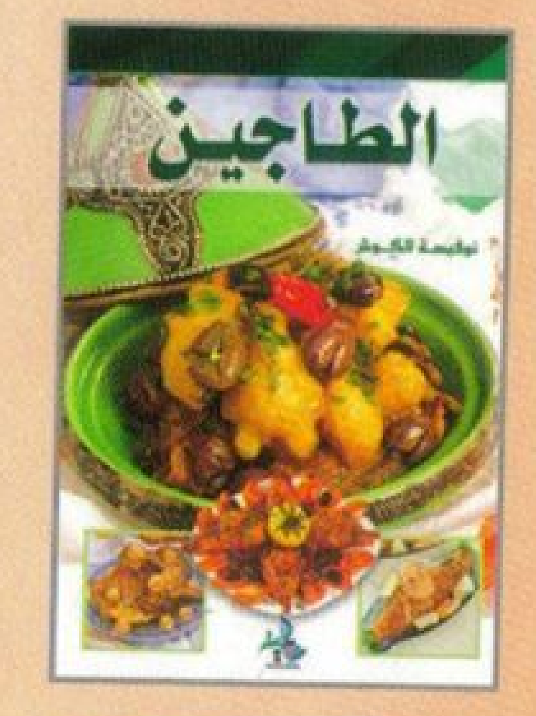




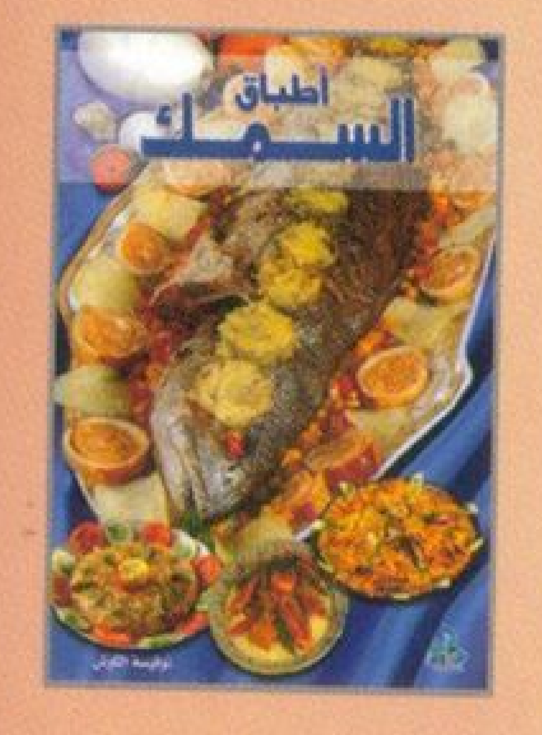


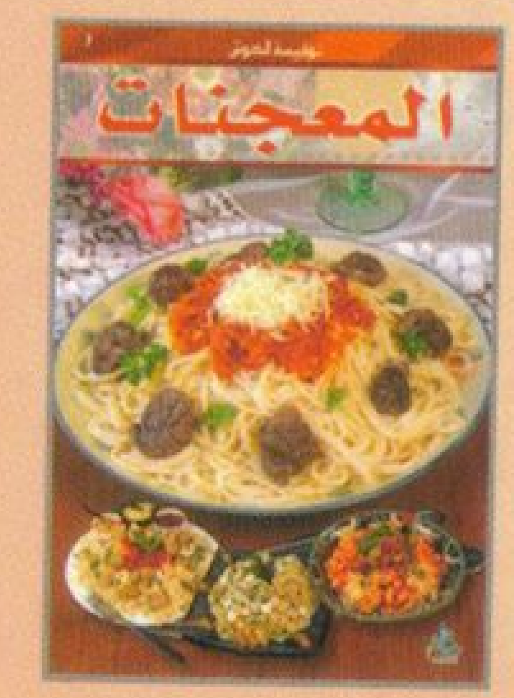


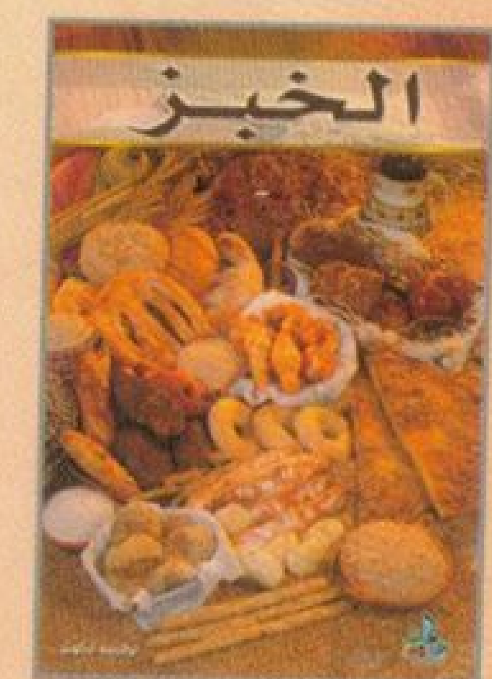


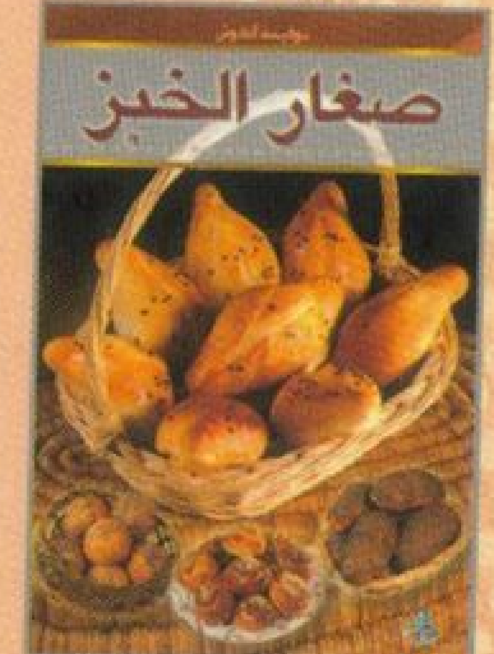










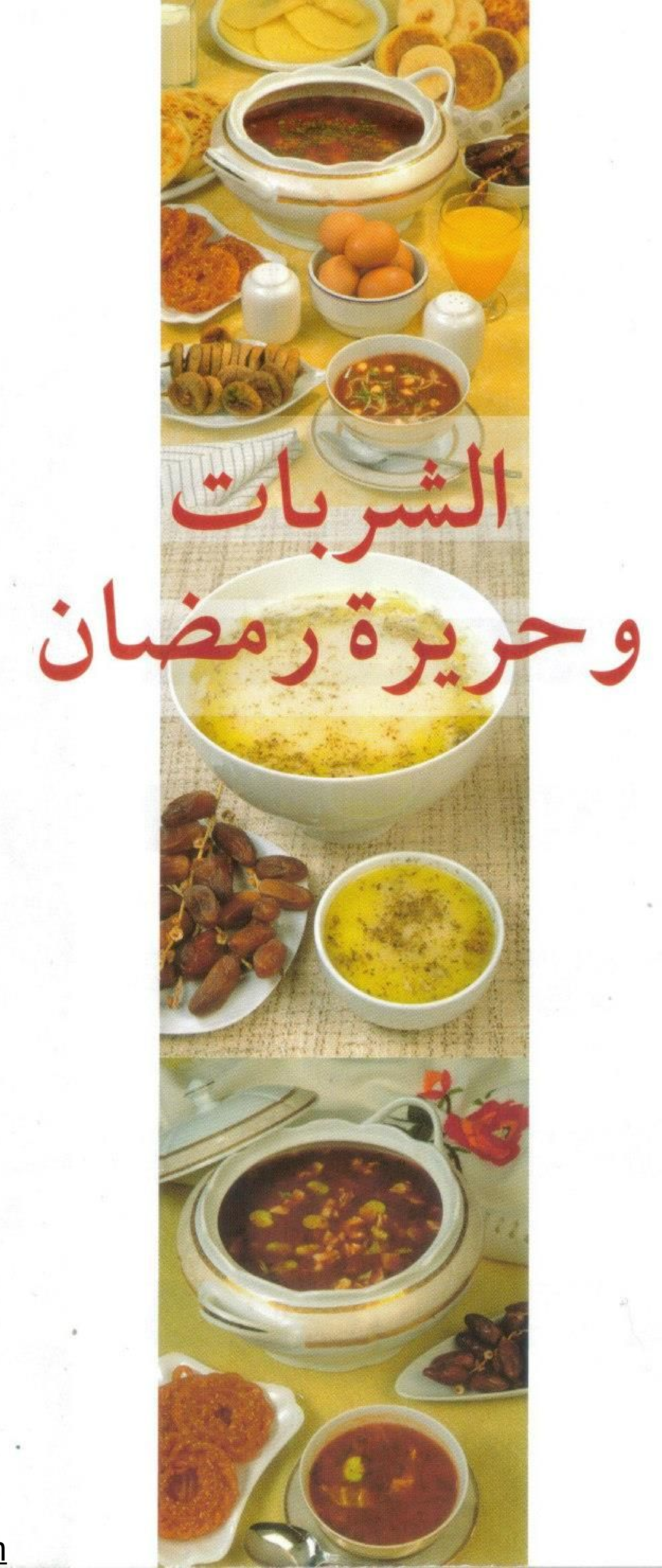


Librairie AL KITAB
11 rue Moret, 75011 Paris
Tél. : 01 47 00 10 71
www.muslim-universel.com


ISBN 2-911546-52-0
9782911546525

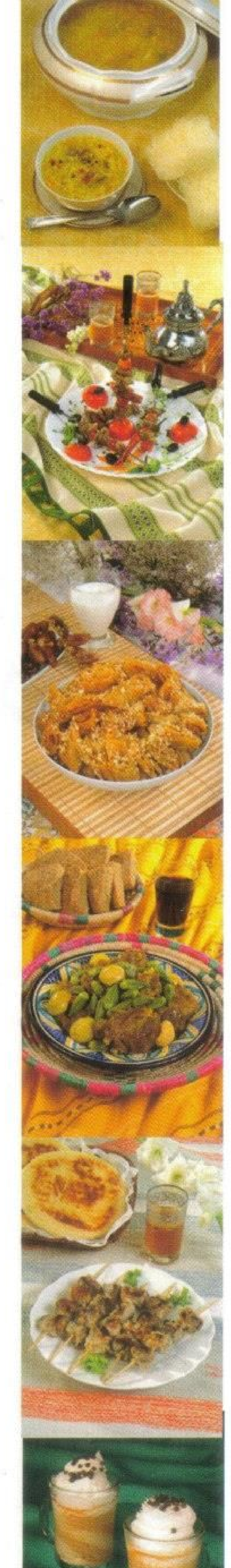
فهرس





الشربات وحريرة رمضان

أطباق رمضان



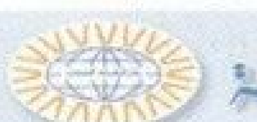
فهرس

جزيل الشكر لكل من ساهم في إنجاز هذا الكتاب
الأساتذة: الحسن أسليمي، فريد
والسادة: يوسف الأماني، مصطفى شرف

الصور: استديو غزال
الإخراج الفني: بكسيل كونسيبت، أكادير

الناشر: دار عالمية
الموزع: مكتبة الكتاب، فرنسا

الموزع في المغرب:

DAR ERRACHAD EL HADITA  دار الرشاد الحديثة

Site web : darerrachad.com - Email : contact@darerrachad.com

الطبعة الأولى 2010
رقم الإيداع القانوني: 2-911546-52-0

الطباعة: فرنسا

ISBN 2-911546-52-0



الحريرة بطريقة جديدة

المقادير

1 باقة من القزبر والبقدونس والكرافص
200 غ من البصل المطحون
200غ من صدر الدجاج المقطع مكعبات
1 ملعقة من السمن الحار
1 ملعقة من السكنجبير
ملح وإبزار حسب الذوق
3 ملاعق من الميزينا
1 كأس من الشعرية
1 كلغ من الطماطم المطحونة
1 كأس من الفول الجاف المنقوع في الماء
1 كأس صغير من العدس
2 لتر من الماء
1 مكعب بنة الدجاج

طريقة التحضير



1) في طنجرة على النار نضع جميع التوابل المذكورة ما عدا مكعب بنة الدجاج والشعرية والميزينا. نضيف الماء ويترك الكل ينضج مدة 25 دقيقة.



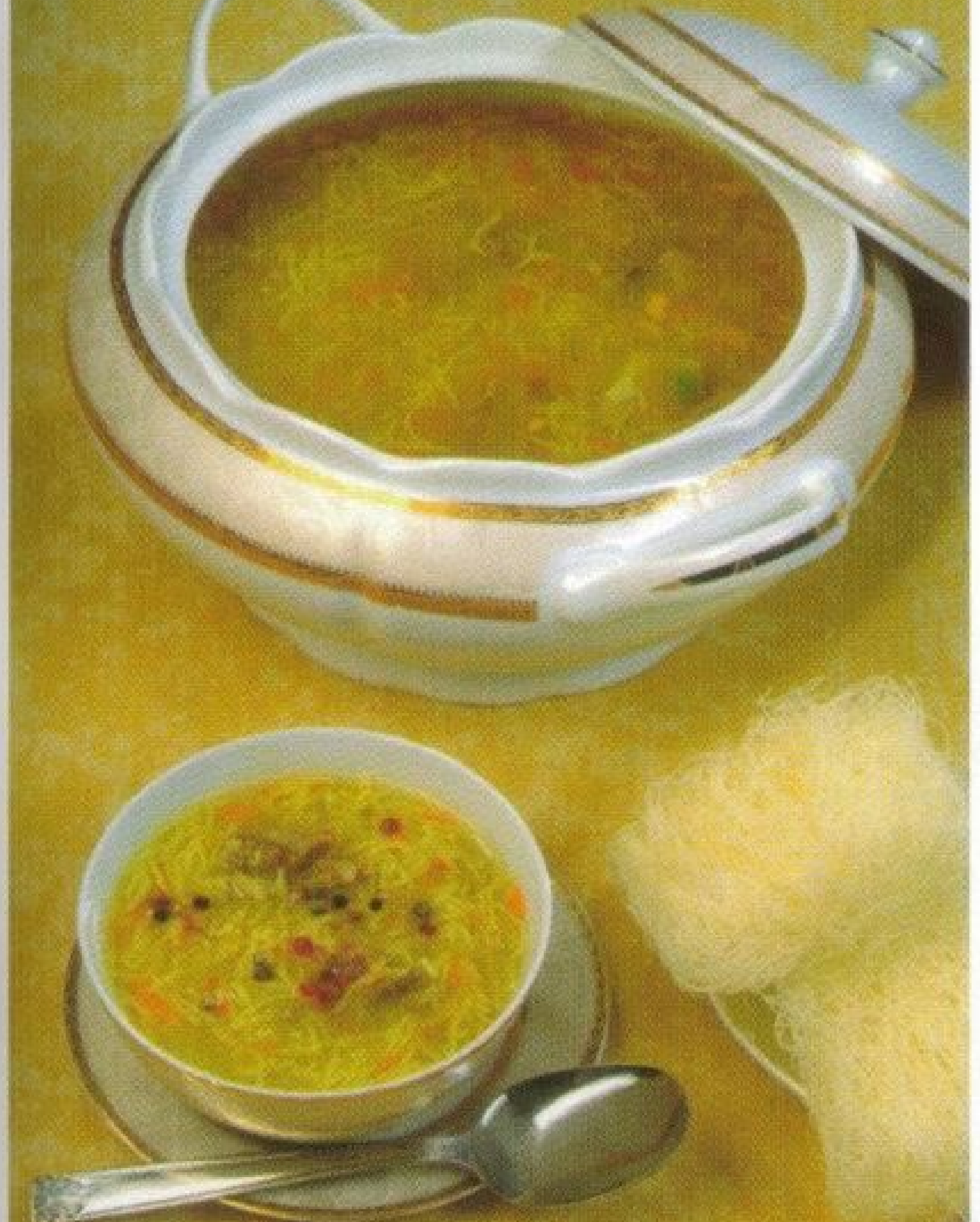
2) نضيف لتر من الماء، الشعرية، مكعب بنة الدجاج، نخلط الميزينا مع الماء ونضيفها لخليط الحريرة.



3) نضيف البيض المخفوق مع التحريك المستمر. نتركها تنضج مدة 5 إلى 7 دقائق مع التحريك من وقت لآخر.



شربة الشعرية بالجزر

المقادير

300غ من اللحم مكعبات
300غ شعرية رقيقة
2 حبات جزر مبشور
200غ بصل مفروم
ملح وإبزار حسب الذوق
1 ملعقة مركز الطماطم
1 ملعقة زبدة
1 ملعقة سكينجبير ميشور
1 ملعقة بقدونس مفروم
1 ملعقة صغيرة كركم
1 مكعب بنة الدجاج

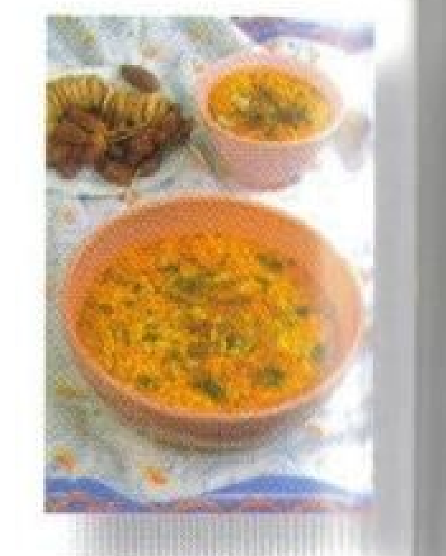
طريقة التحضير



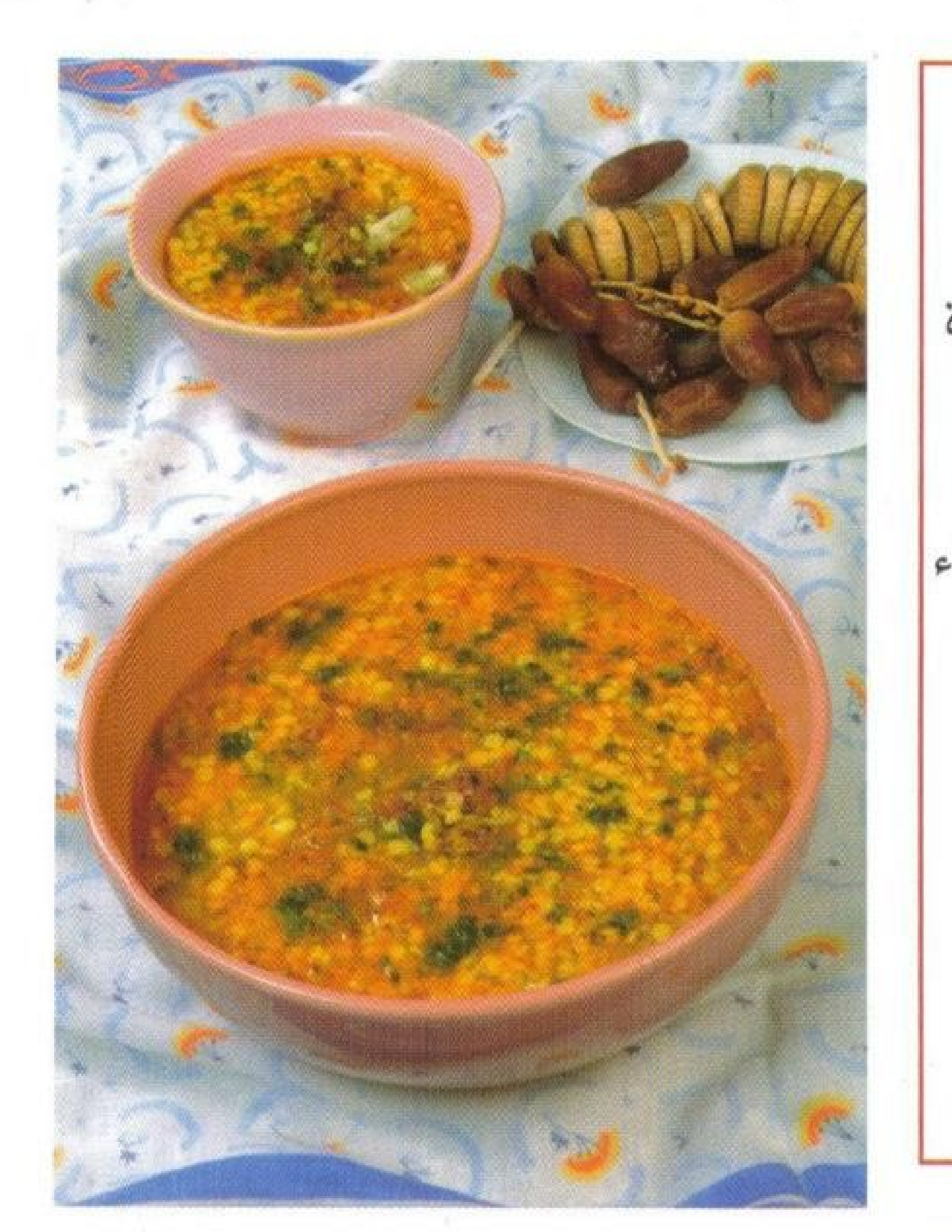
1) في طنجرة على نار نضع الزبدة، ثم جميع المكونات المحضرة مع إضافة الجزر المبشور. يترك الكل يتقلى مدة 15 دقيقة.

2) نضيف الماء، ثم الشعرية مع التحريك من حين لآخر حتى تنضج لمدة 10 دقائق.





شربة محمصة بلحم الغنم والبقدونس



المقادير

350 غ من المحمصة
250غ من البصل المقطع مكعبات صغيرة
2 ملاعق من البقدونس المفروم
1 ملعقة كبيرة من السكنجبير المفروم
1 ملعقة من الكركم + لتر ونصف من الماء
250غ من لحم الغنم المقطع مكعبات
ملح وإبزار حسب الذوق
1 ملعقة صغيرة من الزبدة
1/2 ملعقة صغيرة من السمن الحار
1 ملعقة صغيرة من مركز الطماطم
مكعب بنة الغنم

طريقة التحضير



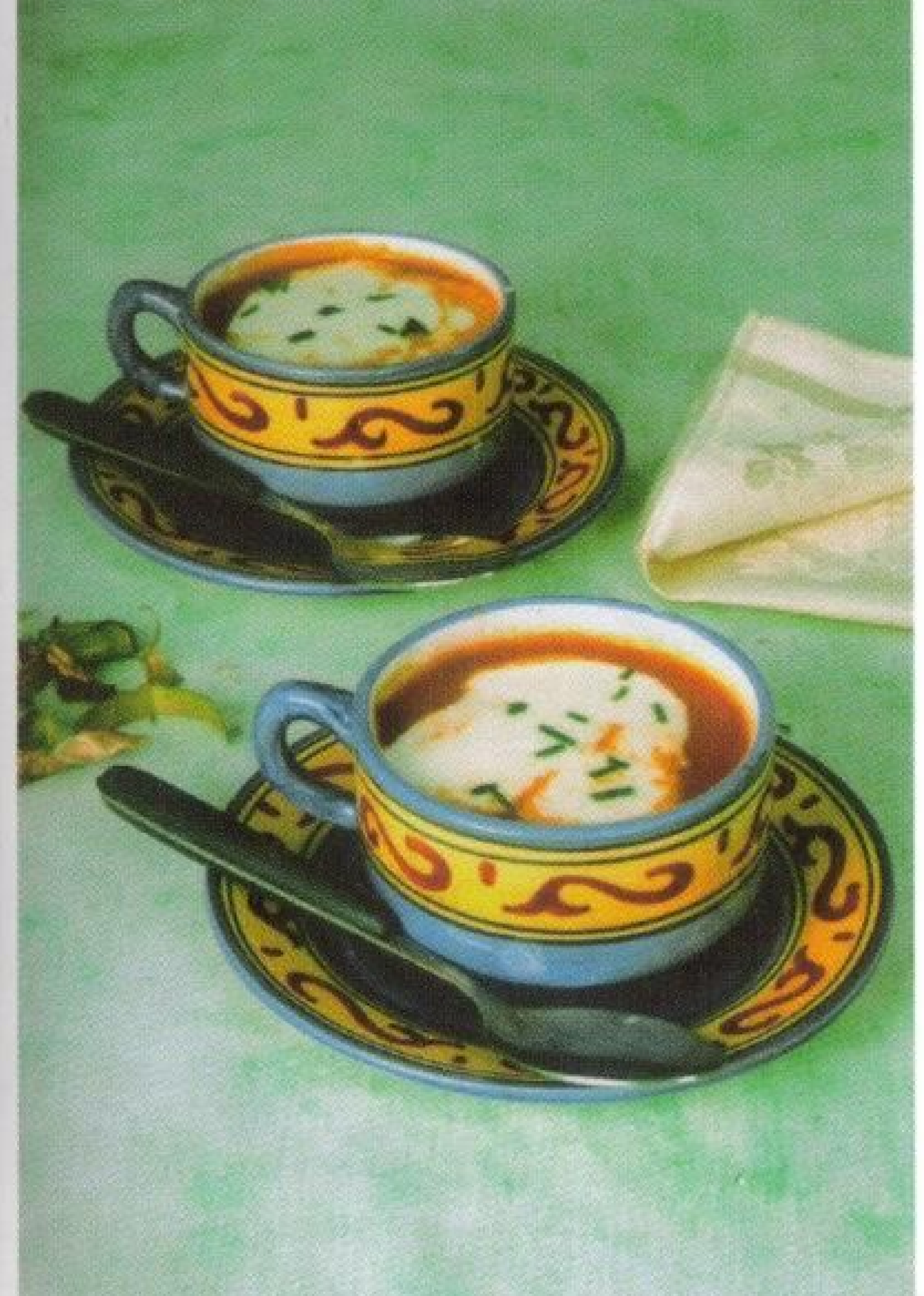
1) في طنجرة على النار نضع البصل، اللحم، السمن الحار، الزبدة. يترك حتى يتحمر شيئا ما، نضيف الملح، الإبزار ثم الماء ويترك الكل يطهى لمدة 20 دقيقة.

2) نضيف المحمصة، صلصة الطماطم، مكعب بنة الغنم مع التحريك. يترك الكل يطهى لمدة 15 دقيقة تقريبا مع إضافة البقدونس المفروم في المرحلة الأخيرة.





شربة الكرعة الحمراء والقشدة الطرية



المقادير

300 غ من الكرعة الحمراء
50 غ من القشدة الطرية
ملح وإبزار حسب الذوق
1 ملعقة كبيرة السكنجبير المبشور
2 من الكراط (poireau)
1 ملعقة صغيرة من البصل الجاف
1/2 ملعقة صغيرة من الثوم الجاف
قليل من الثوم القصبي
1 مكعب بنة الدجاج

طريقة التحضير

1) في طنجرة على النار نضع الكرعة الحمراء، الزبدة، الملح، الإبزار، السكنجبير المبشور، مكعب بنة الدجاج، الثوم، البصل، الكراط مع إضافة الماء، يترك الكل ينضج 20 دقيقة.

2) يطحن الكل ثم يقدم مع القشدة الطرية والثوم القصبي.



شربة الطماطم

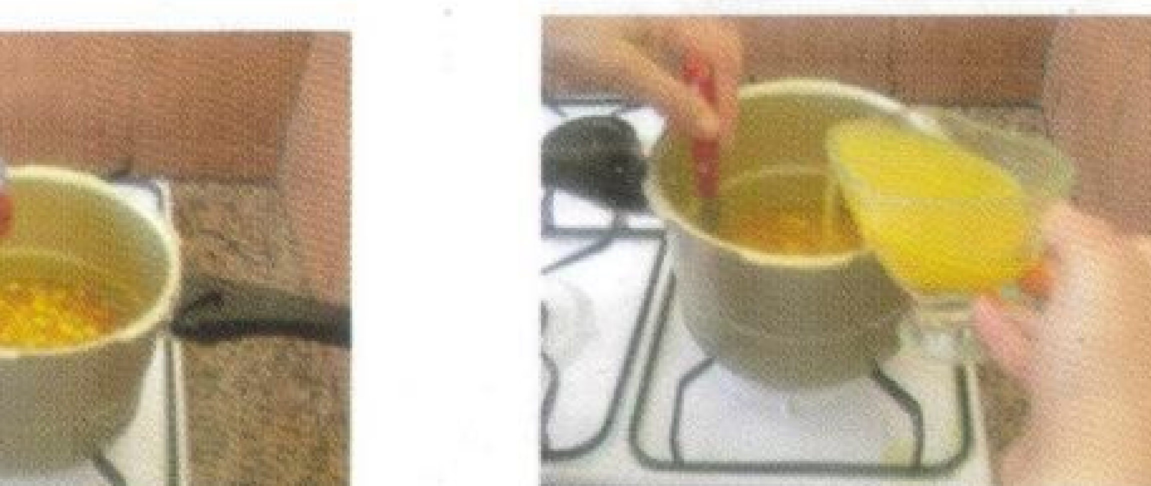
المقادير

500 غ من الطماطم المطحونة
1 مكعب من بنة البقر
1/4 1 ملعقة من الإبزار الأبيض
1 بصلة مبشورة
ملح حسب الذوق
1 ملعقة صغيرة من الزبدة
1 لتر من مرق اللحم
1 ملعقة صغيرة من السكنجبير
1/2 ملعقة صغيرة من السمن الحار
1 حبة من الكراط (poireau)
2 ملاعق من مركز الطماطم
1 ملعقة من الميزينا

طريقة التحضير



1) في طنجرة على النار نضع البصل، الكراط، السمن، الزبدة، الملح، الإبزار، السكنجبير، نضيف عصير الطماطم، يترك الكل يقلى لمدة 5 دقائق.



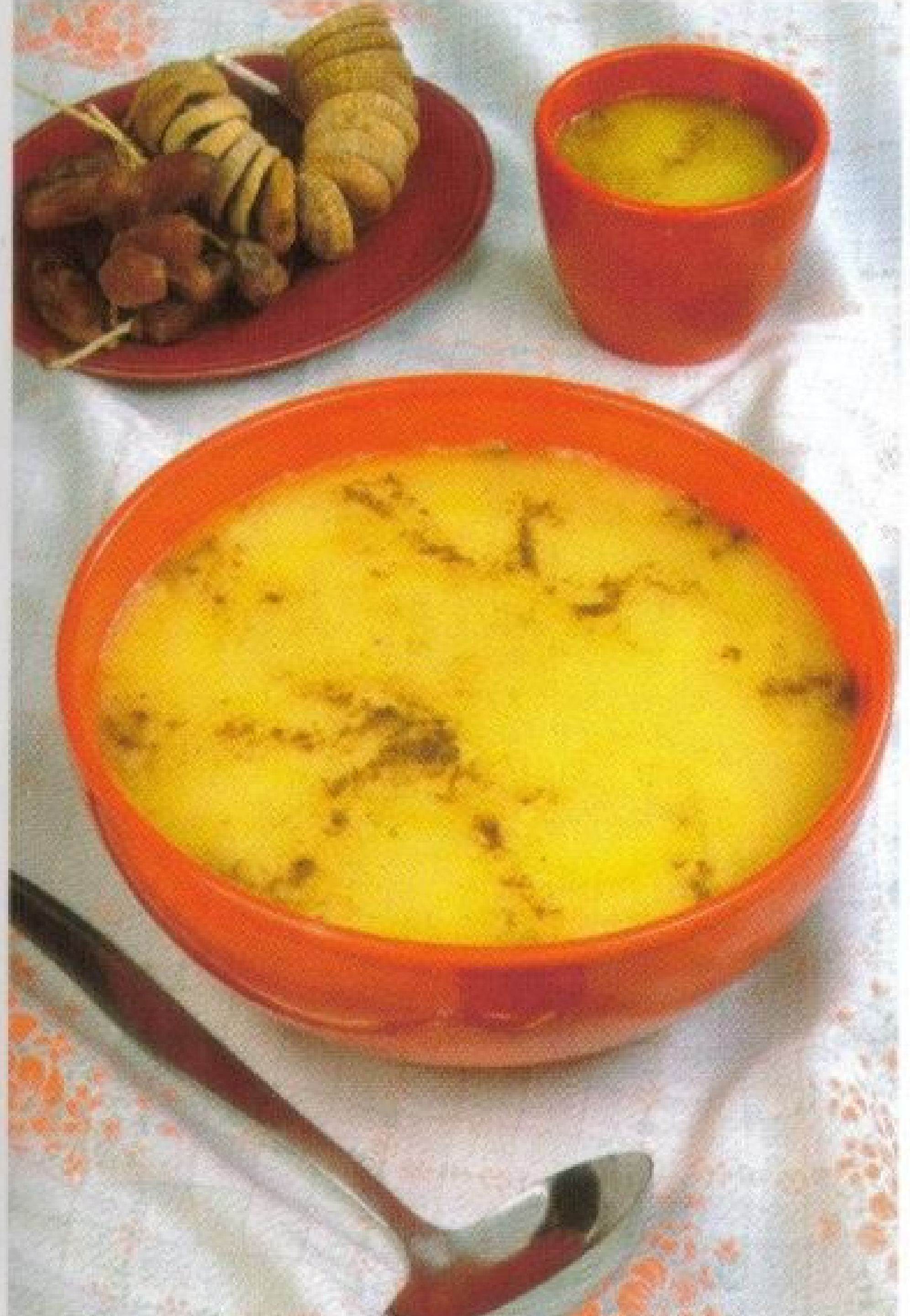




2) نضيف مرق اللحم، مكعب بنة البقر، ثم صلصة الطماطم مع التحريك. نخلط الميزينا مع قليل من الماء ثم نضيفها للشربة مع التحريك المستمر لمدة 10 دقائق. تقدم حسب الرغبة.



شربة السميد بداز (maïs)



المقادير

300 غ من السميد بداز
250 غ من البصل المفروم
1 ملعقة كبيرة من الزبدة
2 ملاعق من الكرافص
2 من الطماطم المطحونة
ملح صينية حسب الذوق
2 لتر من الماء
إبزار حسب الذوق
1/2 ملعقة صغيرة من السكنجبير
1/2 ملعقة من السمن الحار
1/2 ملعقة صغيرة من القزبر الجاف المطحون

طريقة التحضير



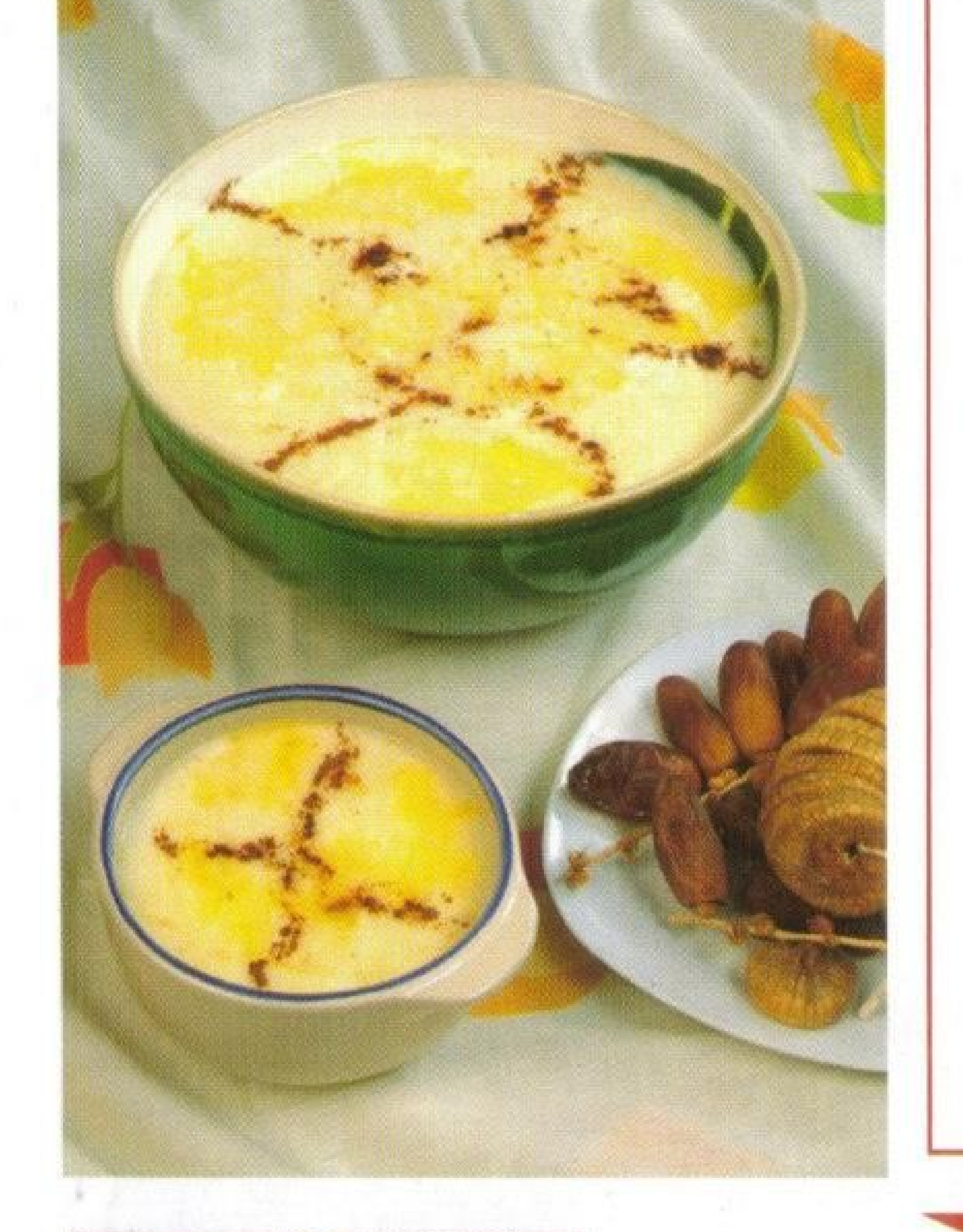
1) في طنجرة على النار نضع الزبدة، البصل، الكرافص، طماطم المطحونة، السكنجبير، السمن الحار، الملح، الإبزار، يترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق، نضيف الماء ويترك حتى الغليان.

2) نضيف السميد بداز (maïs) مع التحريك المستمر، نضيف القزبر الجاف مع الاستمرار في التحريك. يترك الكل حتى ينضج مدة 15 دقيقة تقريبا.

ملاحظة: عند إضافة أي نوع من السميد، يجب خلطه بالماء البارد لتفادي تكوين الكويرات.



حساء بالسميد



المقادير

350 غ من السميد الرقيق
1 كأس كبير من الحليب الغبرة
1 كأس صغيرة من الحليب المركز المحلي
1 ملعقة صغيرة من حبة الحلاوة
2 لتر من الماء
ملح حسب الذوق
30 غ من الزبدة البلدية
1 عود من القرفة
2 ملاعق من العسل

طريقة التحضير

1) نضع الماء في طنجرة على النار، نضيف عود القرفة، الزيت، الملح، يترك الكل حتى يغلي، تخلط السميدة مع قليل من الماء لتفادي تكوين كويرات ثم نصبها مباشرة في الماء الغليان مع التحريك المستمر، نضيف النافع وحبة الحلاوة.



2) نخلط قليلا من الماء مع الحليب الغبرة ثم نضيفه على السميد مع التحريك، نضيف الحليب المركز المحلي ثم الزبدة. تترك الكل ينضج مدة
10 دقائق.





شربة القمرون والشعرية الصينية

المقادير

250 غ من القمرون المقشر
1 بصلة مفرومة
4 فصوص من الثوم
1 ملعقة كبيرة من الزبدة
لتر ونصف من الماء
1 عود من القرفة
1 ملعقة من الخرقوم
1 ملعقة من السكنجبير
ملح وإبزار حسب الذوق

طريقة التحضير

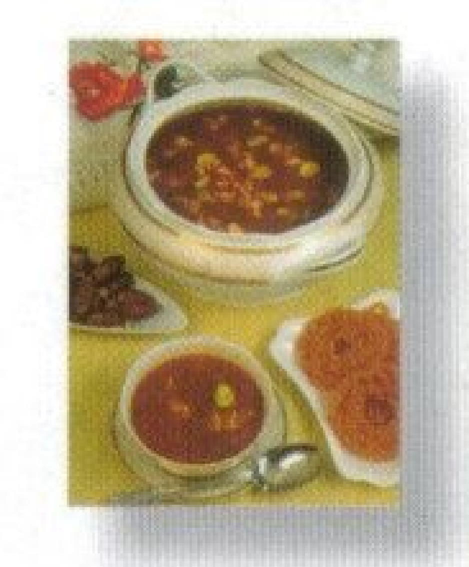


1) في طنجرة على النار نضع البصل المفروم، الثوم، السكنجبير، القمرون، الملح، الإبزار، يترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق.





2) نضيف الماء، يترك حتى الغليان، نضيف الشعرية، بنة السمك مع التحريك من حين لآخر لمدة 10 دقائق تقريبا. نضيف البقدونس المفروم. يقدم حسب الرغبة.



الحريرة الربيعية

المقادير

250 غ من اللحم المقطع مكعبات
200 غ من الفول الطري
500 غ من الطماطم المطحونة
2 ملاعق من مركز الطماطم
150 غ من الكرومب المقطع مكعبات
ملح حسب الذوق
مكعب بنة البقر
1 زلافة من الكزبر والكرافص والبقدونس
1 زلافة من البصل مكعبات
1 ملعقة صغيرة من السمن الحار
1/2 ملعقة كبيرة من الزبدة
1 ملعقة صغيرة من السكنجبير
1/2 ملعقة صغيرة من الإبزار الأبيض
1 كأس صغير من الميزينا

طريقة التحضير

1) في طنجرة على النار نضع جميع التوابل المذكورة ما عدا الفول والكرومب ومركز الطماطم. نضيف الماء الكافي. يترك الكل ينضج مدة 25 دقيقة. نضيف الفول، الكرومب ثم مركز الطماطم.



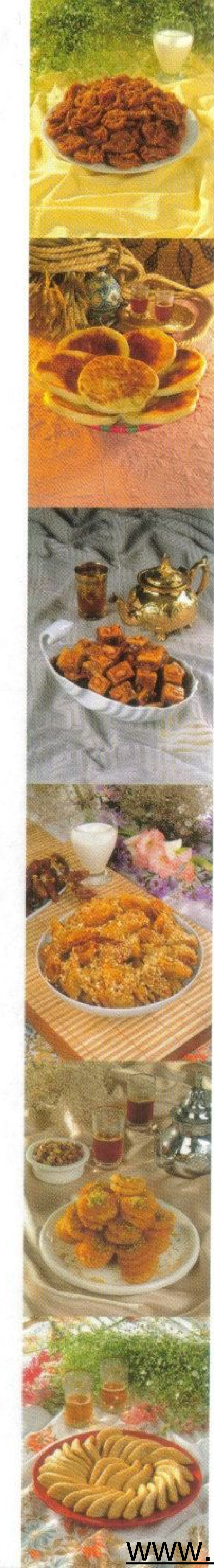
2) يترك الكل ينضج للمرة الثانية مدة 15 دقيقة. بعد ذلك نضيف لترين من الماء، يترك حتى الغليان.



3) نضيف الميزينا المخلوطة مع قليل من الماء مع التحريك المستمر لمدة 7 دقائق.

رغايف وحلويات رمضان

فهرس



امشبكة (زلابية)



المقادير

500 غ من الدقيق الممتاز
150 غ من دقيق القمح
1/2 ملعقة من الملح
4 حبات من المسكة الحرة
1/4 ملعقة من النافع المطحون
1 ملعقة من الفاني السائل
2 ملاعق من الزنجلان المطحون
زيت للقلي
1 ملعقة كبيرة من ماء الزهر

طريقة التحضير



1) في إناء نخلط الدقيق الأبيض ودقيق القمح ثم الخميرة، الملح، الزنجلان، ماء الزهر، النافع، المسكة الحرة، نضيف الماء بالتدريج حتى تصبح سائلة. تترك ترتاح لمدة 15 دقيقة.

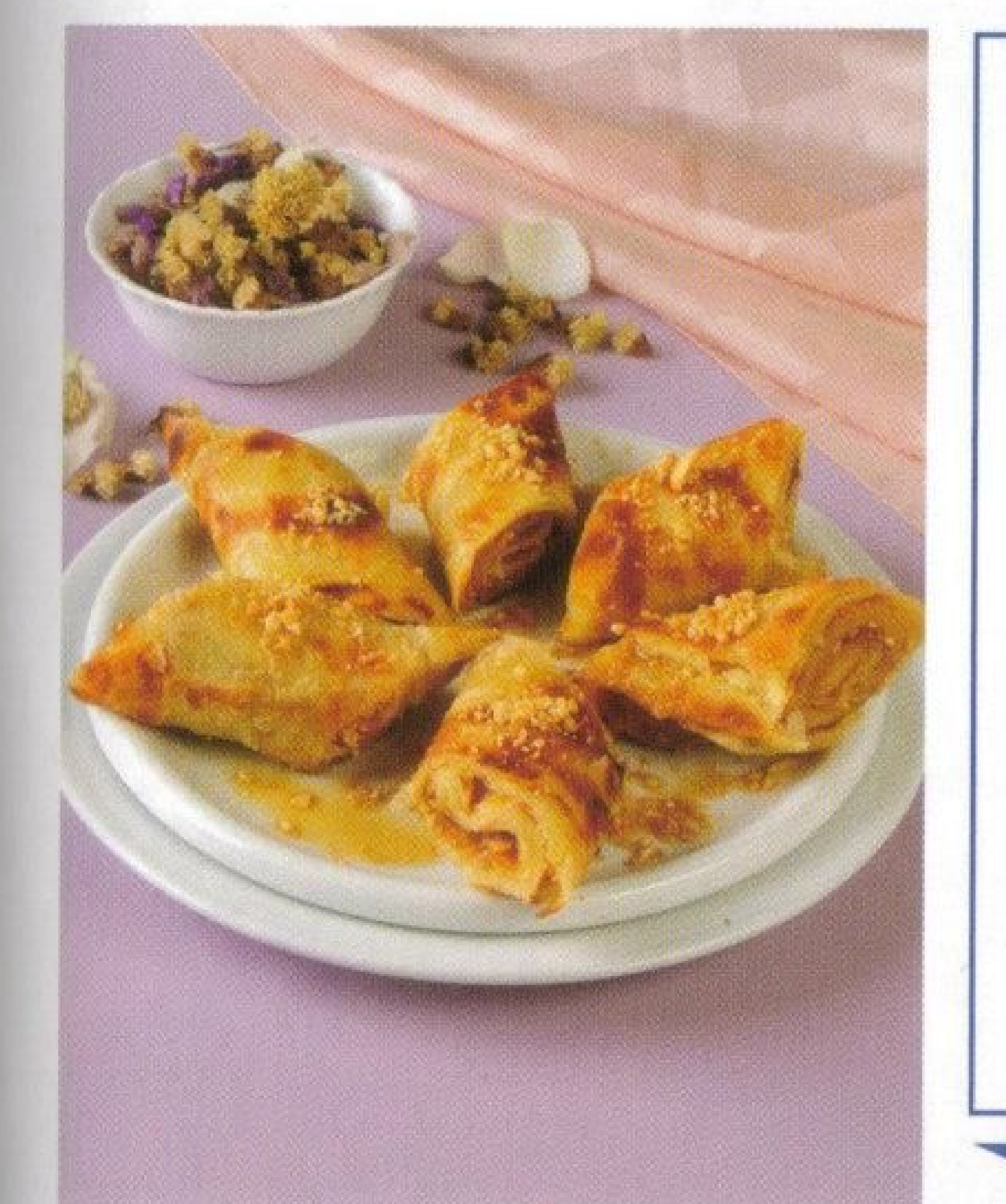


2) نضع الزيت في مقلاة على النار، نضيف العجين بواسطة دواز (entonnoir) مباشرة في الزيت ونتركها حتى تتحمر من الوجهين، ثم توضع مباشرة في العسل. تقدم مرشوشة بالزنجلان واللوز.





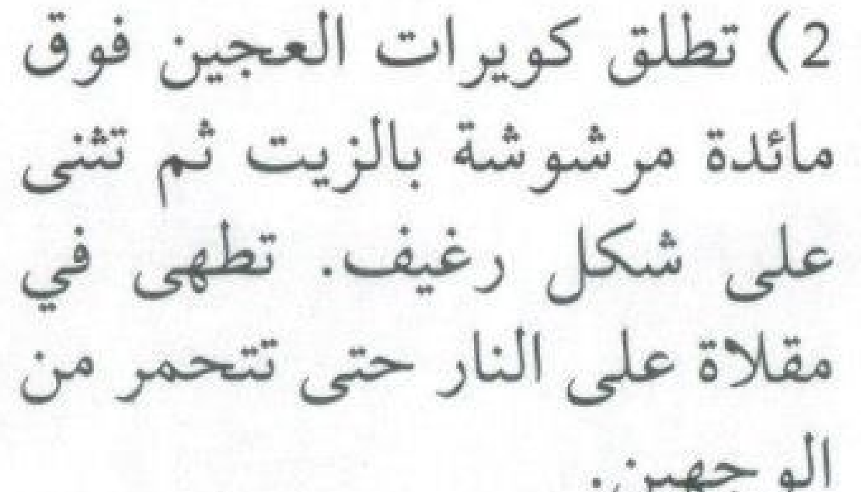
مسمن على شكل مقروط



المقادير

500 غ من الدقيق
1 ملعقة من الزبدة
ملح حسب الذوق
1 ملعقة صغيرة من الفاني السائل
250 غ من الكركاع
1 كأس من العسل
1 زلافة من الزيت
1 ملعقة من الزنجلان المطحون

طريقة التحضير

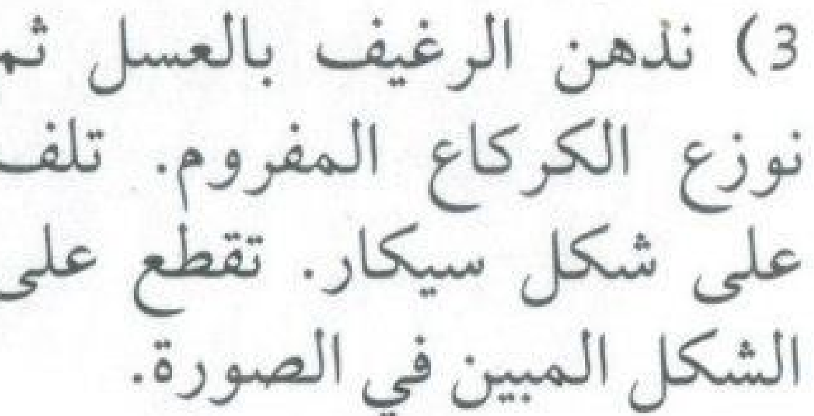


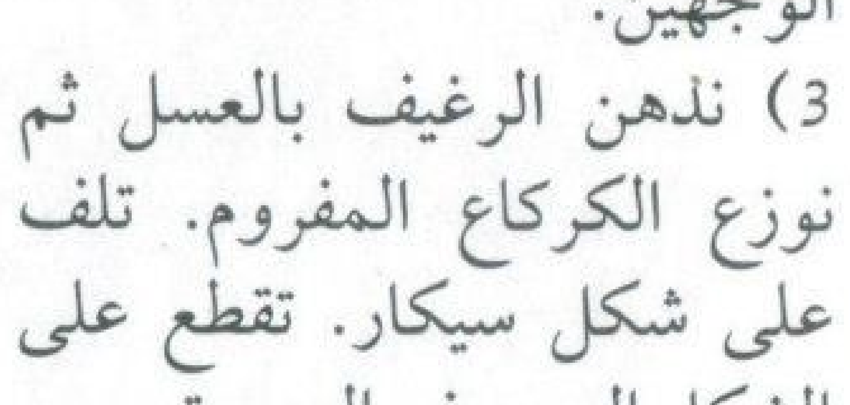
1) في قصعة نضع الدقيق، يجوف وسطه، نضيف الملح، الزنجلان، الفاني، ملعقة زبدة ذائبة، يخلط الكل ثم نضيف الماء بالتدريج حتى تتجمع العجين وتصبح ملساء، نحضر كويرات ثم نتركها ترتاح مدة 20 دقيقة.





2) تطلق كويرات العجين فوق مائدة مرشوشة بالزيت ثم تثنى على شكل رغيف. تطهى في مقلاة على النار حتى تتحمر من الوجهين.







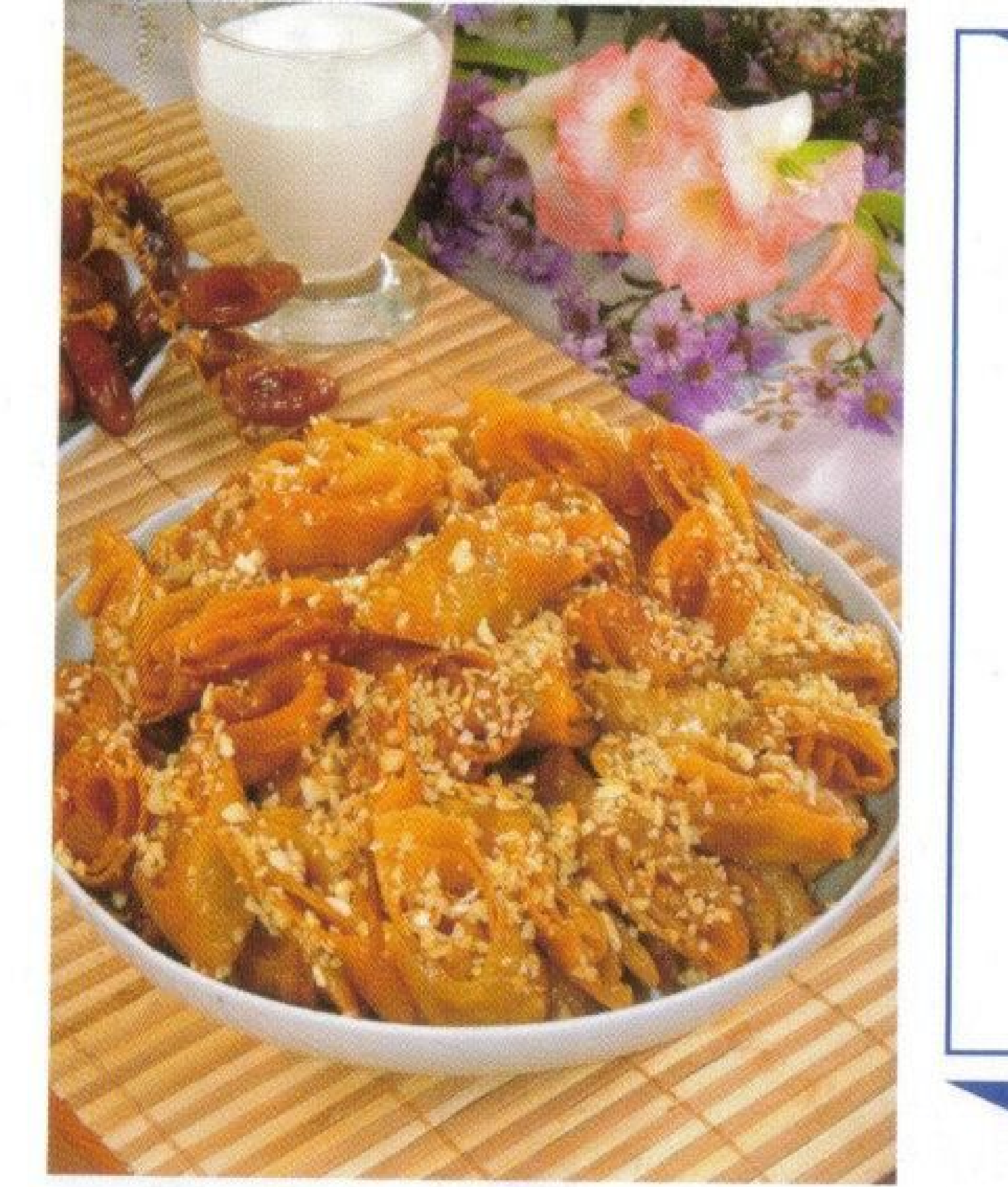




3) نذهن الرغيف بالعسل ثم نوزع الكركاع المفروم. تلف على شكل سيكار. تقطع على الشكل المبين في الصورة.



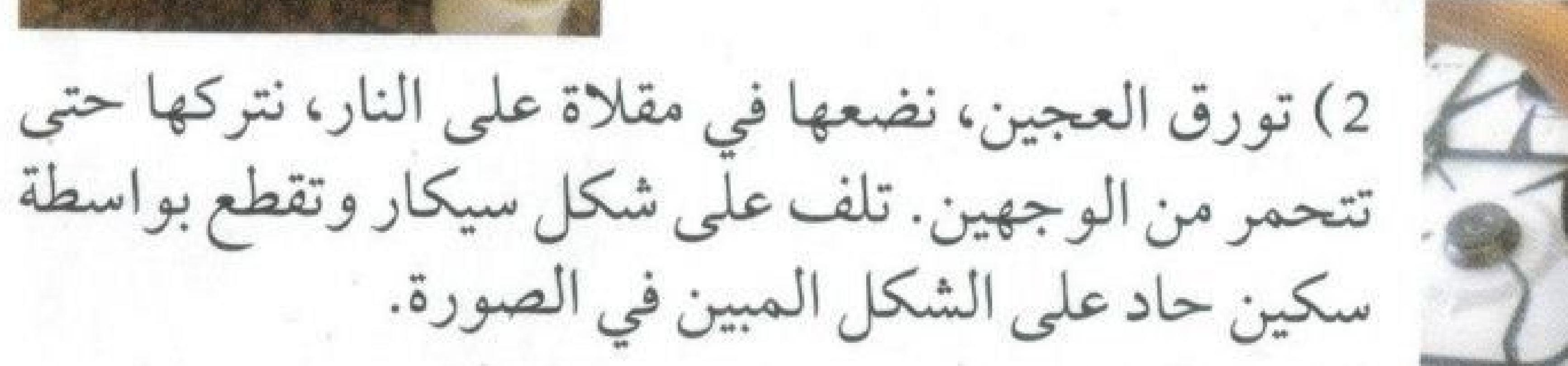
رغيف على شكل مقروط



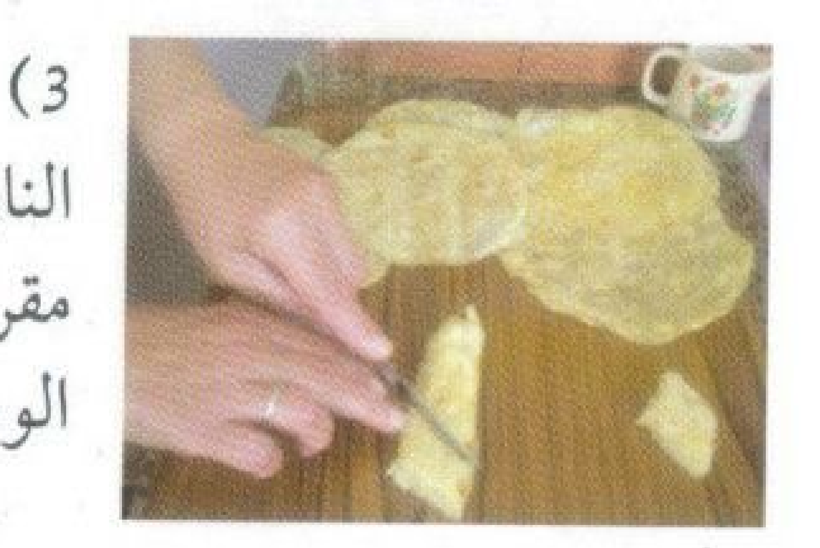
المقادير

1 كلغ من الدقيق الممتاز
2/1 ملعقة من الفاني
1 بيضة + رشة ملح
1 ملعقة صغيرة من خميرة الحلوى
1 ملعقة كبيرة من الزبدة
2/1 كأس من ماء الزهر
زيت للقلي
150 غ من اللوز المهرمش
1 كلغ من العسل

طريقة التحضير



1) نضع الدقيق في قصعة، نضيف جميع التوابل المذكورة ثم الماء بالتدريج حتى تتجمع العجين، تدلك جيدا.



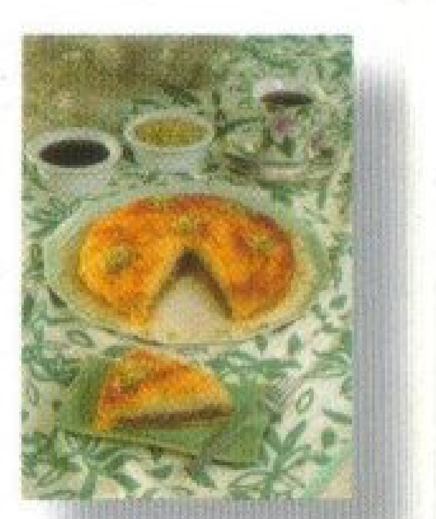
2) تورق العجين، نضعها في مقلاة على النار، نتركها حتى تتحمر من الوجهين. تلف على شكل سيكار وتقطع بواسطة سكين حاد على الشكل المبين في الصورة.





3) نضع الزيت في مقلاة على النار، نضع الرغيف على شكل مقروط، نتركها حتى تتحمر من الوجهين ثم توضع في العسل.

كنافة بالبسطاش والعسل



المقادير

00 غ من خيوط الكنافة
300 غ من البسطاش
2 حبات من المسكة المدقوقة
150 غ من الزبدة الذائبة
2/ 1 ملعقة من الفاني الغبرة
1 كأس من سيرو السكر
300 غ من العسل

طريقة التحضير

1) نخلط البسطاش المفروم ثم السيرو والمسكة والفاني، يخلط الكل جيدا.



2) نضع الكنافة في إناء التخليط ثم نضيف الزبدة، نخلط برؤوس الأصابع حتى ينسجم الكل مع بعض.



3) نأخذ نصف كمية الكنافة، توضع في قالب خاص بالطرطات مع الضغط عليها جيدا ثم نضيف الحشوة المحضرة.



4) نضع الطبقة الثانية من الكنافة مع الضغط جيدا، تسقى بالزبدة المتبقية، تطهى في فرن متوسط الحرارة مدة 20 دقيقة ثم مباشرة تسقى بالعسل.

إفادة: يمكن استبدال خيوط الكنافة بورقة البسطيل، نضع ورقة البسطيلة في آلة التوريق الخاصة بالسباكيتي.



البحلاوة

المقادير

- 200غ من الكاكاو المقلي والمطحون
- 200 غ من اللوز المقلي والمطحون
- 200 غ من الزبيب بدون عظم
- 200 غ من الكركاع
- 4 حبات من المسكة الحرة المدقوقة
- 2 ملاعق من الزبدة
- 1 ملعقة من القرفة
- 2 حبات من المسكة الحرة
- 1/4 كأس من ماء الزهر
- 0 غ من السكر المطحون
- 400 غ من العجين المورق
- 400 غ من العسل
- 1 ملعقة صغيرة من ماء الزهر
- 250 غ من البندق

طريقة التحضير



1) يحمر اللوز والكاكاو ثم تطحن جميع الفواكه المذكورة، نخلطها مع اللوز والكاكاو ثم جميع التوابل المذكورة.

2) يقسم العجين المورق إلى نصفين، يطلق النصف الأول في صينية الفرن، نوزع الحشوة المحضرة فوق العجين ثم نغطيه بنصف العجين المتبقي.



3) نتركها في المجمد مدة 20 دقيقة ثم تقطع مربعات، تزين بحبات البندق، تطهى في فرن متوسط الحرارة، وبعد خروجها من الفرن مباشرة تسقى بالعسل.





كعب الغزال

المقادير

600 غ من اللوز
200 غ من الكاكاو
200 غ من الزنجلان
قليل من المسكة الحرة المدقوقة
1/2 كأس من ماء الزهر
رشة ملح + 1/2 كأس من ماء الزهر

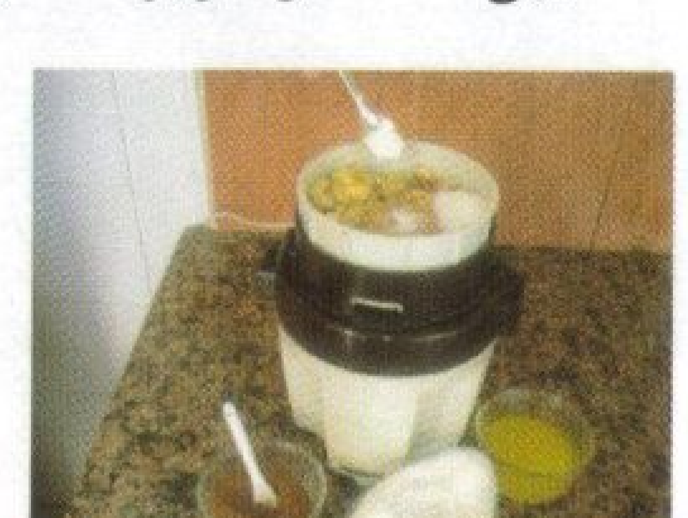
1 كأس من الزبدة
1 ملعقة صغيرة من القرفة
500 غ من السكر سنيدة
للعجين:
700 غ من الدقيق + ماء الزهر
1 كأس شاي من الزبدة + الملح

طريقة التحضير



1) في قصعة نضع الدقيق ونجوف وسطه، نضيف الملح، ماء الزهر، الزبدة مع إضافة الماء بالتدريج حتى تتجمع العجين، تحضر كويرات من العجين، تترك جانبا.

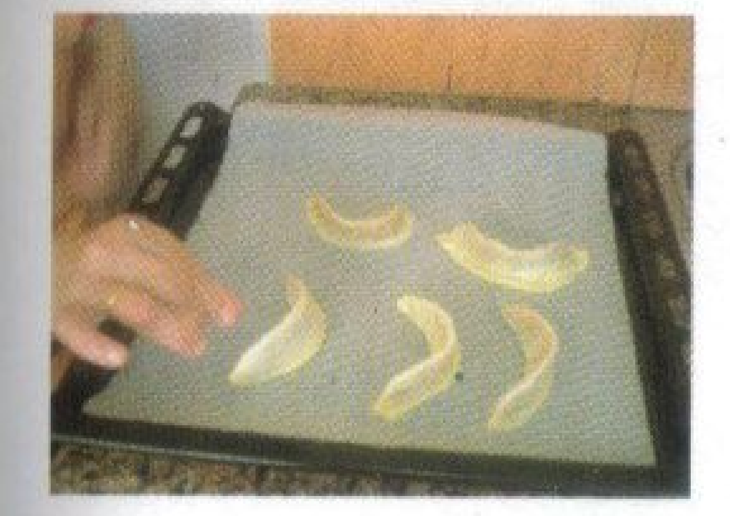


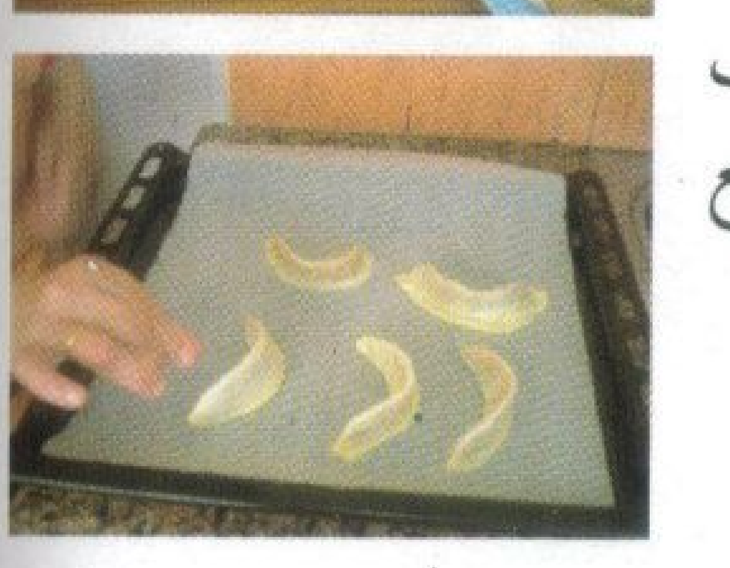


2) نضع الكاكاو في مقلاة على النار مع التحريك دون التحمير. يطحن مع اللوز المسلوق والزنجلان المحمر والسكر، نصب الكل في إناء التخليط مع إضافة القرفة، الزبدة، ماء الزهر، المسكة، نخلط عقدة اللوز جيدا ثم نحضر أصابع، نتركها جانبا.



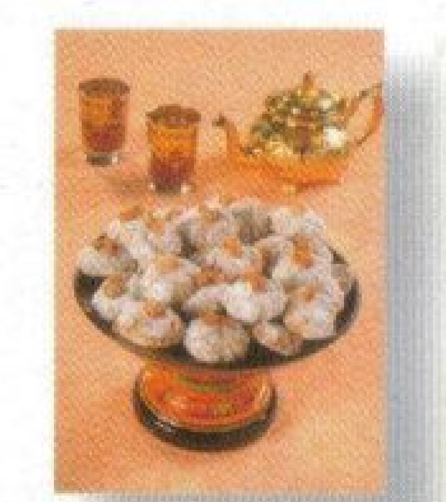






3) تطلق العجين فوق المائدة، نضع أصابع اللوز ثم نلف العجين على عقدة اللوز على شكل كعب الغزال، تقطع بالجرارة، تصفف في صينية وتطهى مدة 10 دقائق.

غريبة بفواكه جافة



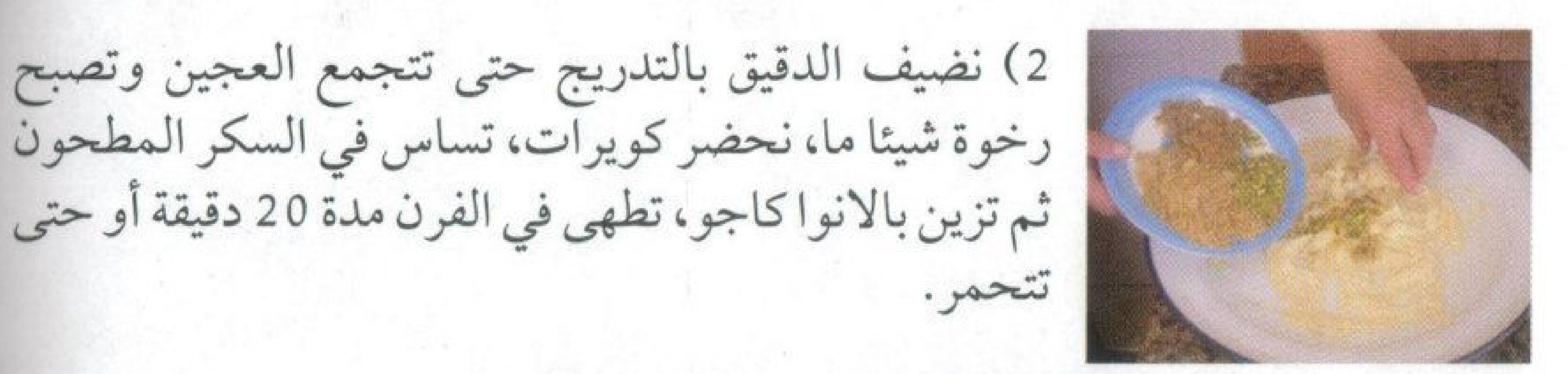
المقادير

200 غ من السكر سنيدا
200 غ من الزبدة
1 ملعقة صغيرة من السمن الحار
1 ملعقة كبيرة من الزنجلان المحمر المطحون
100 غ من اللوز، البسطاش، الانوا كاجو
150 غ من السكر المطحون
2 حبات من القرنفل المدقوق
4 حبات من المسكة الحرة المدقوقة
قبضة من الملح
1/ 2 ملعقة صغيرة من الخميرة
1/ 2 كأس صغير من الزيت
دقيق حسب الخليط

طريقة التحضير



1) في قصعة نضع الزبدة، السكر سنيدا، تخلط جيدا، ثم نضيف الزيت، الخميرة مع الخلط مع إضافة الفواكه وجميع التوابل المذكورة.



2) نضيف الدقيق بالتدريج حتى تتجمع العجين وتصبح رخوة شيئا ما، نحضر كويرات، تساس في السكر المطحون ثم تزين بالانوا كاجو، تطهى في الفرن مدة 20 دقيقة أو حتى تتحمر.









صغار البغرير بالعسل والبسطاش المفروم



المقادير

1 كأس عسل
زيت للقلي
1 كأس من البسطاش المفروم
700 غ من البغرير

طريقة التحضير

1) يقطع البغرير على شكل دائري ثم يقلى في الزيت الساخن، نضعه فوق ورق شفاف.





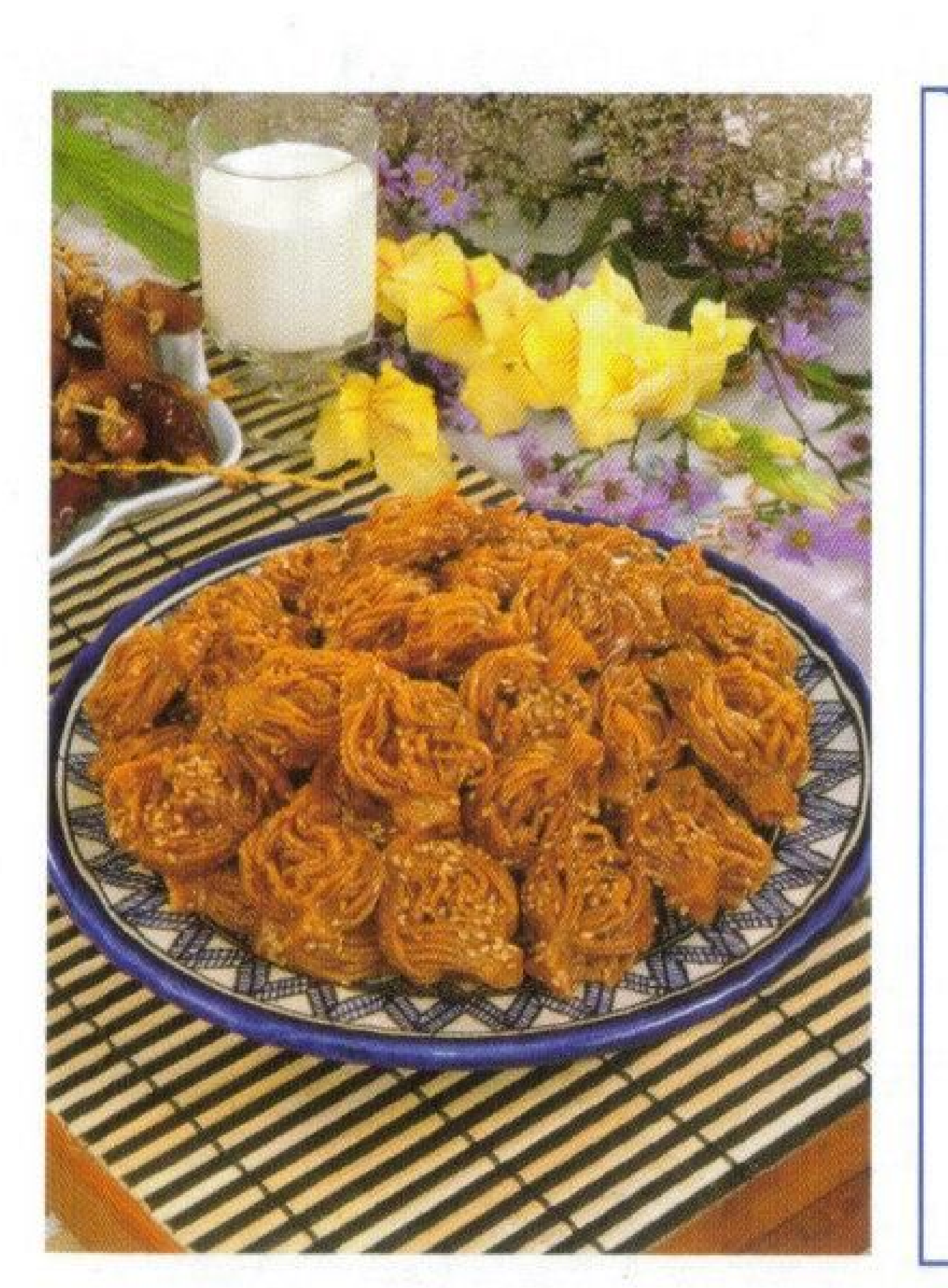


2) يصفف في صحن التقديم ثم نوزع العسل والبسطاش



ملاحظة: مقادير وطريقة تحضير البغرير موجودة في الصفحات الأخيرة.

البوشنخة



المقادير

500 غ من الدقيق الممتاز
1 ملعقة من القرفة
5 ملاعق من الزبدة
1/2 كأس شاي من الزيت
قبضة من الملح
قبضة من خميرة الحلوى
2 ملاعق كبار من الخل
1/4 ملعقة من الزعفران شعرة
1 بيضة + 1/2 ملعقة من النافع
زيت للقلي
1 كلغ من العسل

طريقة التحضير

1) نضع الدقيق في قصعة، يجوف وسطه، نضيف جميع التوابل المذكورة مع إضافة الماء الدافئ حتى تتجمع العجين وتصبح ملساء شيئا ما. تترك جانبا لمدة 10 دقائق.



2) تطلق كويرات بالمطلق ثم توضع في الآلة المخصصة للتوريق (جهة اسباكيتي) وتحضر على شكل خيوط.



3) تقطع بشكل متساو، نضغط عليها من الجوانب كي نحصل على الشكل المبين في الصورة. تقلى في الزيت ثم توضع مباشرة في العسل.

شباكية بزيت الزيتون

المقادير

- 1 كلغ من الدقيق الممتاز
- 125 كلغ من دقيق القمح
- 200 غ من الزنجلان المحمر
- 1 كأس من زيت الزيتون
- 1 كأس من الزبدة الذائبة
- 1/4 كأس من الخل
- قبضة من الملح
- 1 ملعقة من النافع المطحون
- 1 ملعقة كبيرة من القرفة
- قليل من المسكة الحرة
- 1/2 كأس من ماء الزهر
- 1 بيضة
- قليل من الزعفران الشعرة
- قليل من خميرة الخبز
- زيت للقلي
- عسل

طريقة التحضير

1) نخلط الدقيق، الزنجلان المطحون، النافع، الملح، البيضة، ماء الزهر، الخل، الزعفران، الزبدة، الزيت.



2) نخلط الكل جيدا مع إضافة قليل من الماء الدافئ حتى تتجمع العجين، تدلك جيدا حتى تصبح متماسكة، نحضر كويرات ونتركها مدة نصف ساعة جانبا.



3) تطلق فوق مائدة بالمطلاق، تقطع مربعات 10/10 سم وبواسطة جرارة تقطع إلى 6 ضلوع. نرفع ضلعة دون الأخرى للحصول على الشكل المبين في الصورة.



4) تقلى في الزيت الساخن حتى تتحمر من الوجهين، توضع مباشرة في العسل الساخن.



المقروط

المقادير

1 كلغ من السميد الرقيق
180 غ من الزبدة
قبضة من الزعفران الشعرة
قبضة من الملح
1 ملعقة صغيرة من السكر
50 غ من الصنوبر المطحون
كأس من ماء الزهر
ماء حسب الخليط

للحشوة:

250 غ من التمر المطحون
50 غ من الزنجلان + 50 غ من البندق
1 ملعقة صغيرة من القرفة
1 ملعقة من الزبدة
1 ملعقة من ماء الزهر

طريقة التحضير

1) نخلط الزبدة الذائبة والسميد، الصنوبر، الملح، السكر، الزعفران، نخلط جيدا لتماسك العناصر، مع إضافة ماء الزهر وماء بارد مع الخلط برؤوس الأصابع.

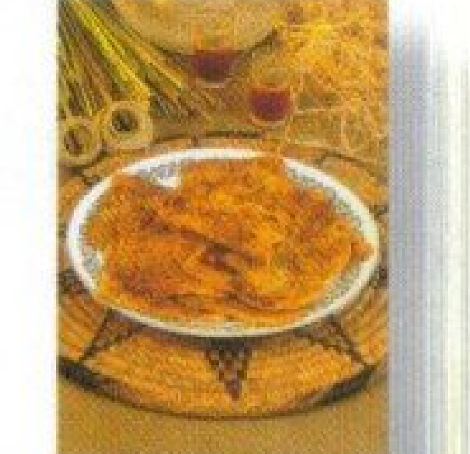


2) نخلط مكونات الحشوة مع بعض، نحضر شكل قضبان سمكها 2 سم، نأخذ قليلا من عجين السميد، نجوف وسطه ثم نضع قضيب تمر، نلف العجين على التمر ثم نقطعه على شكل مقروط (انظر الصورة).

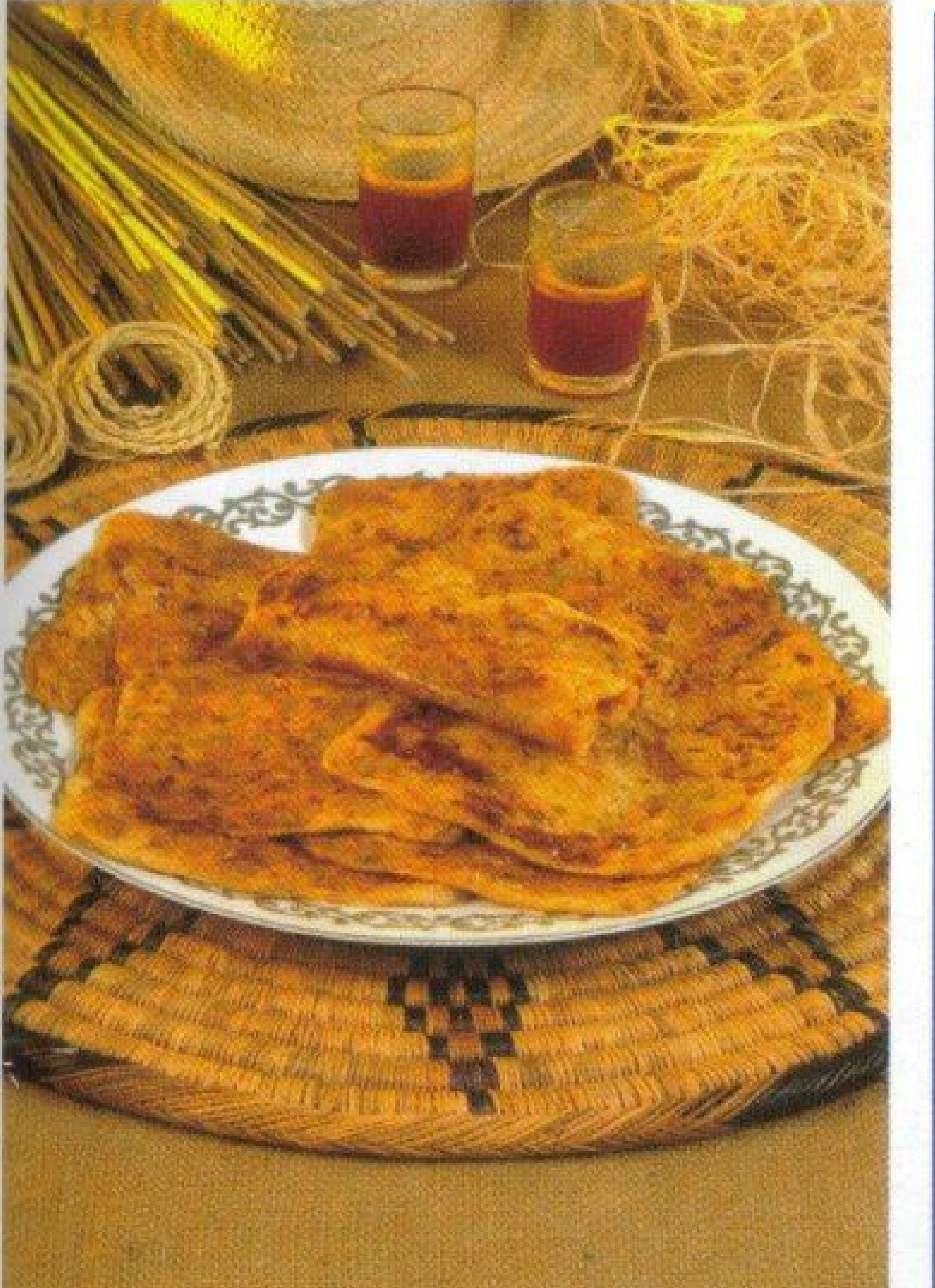
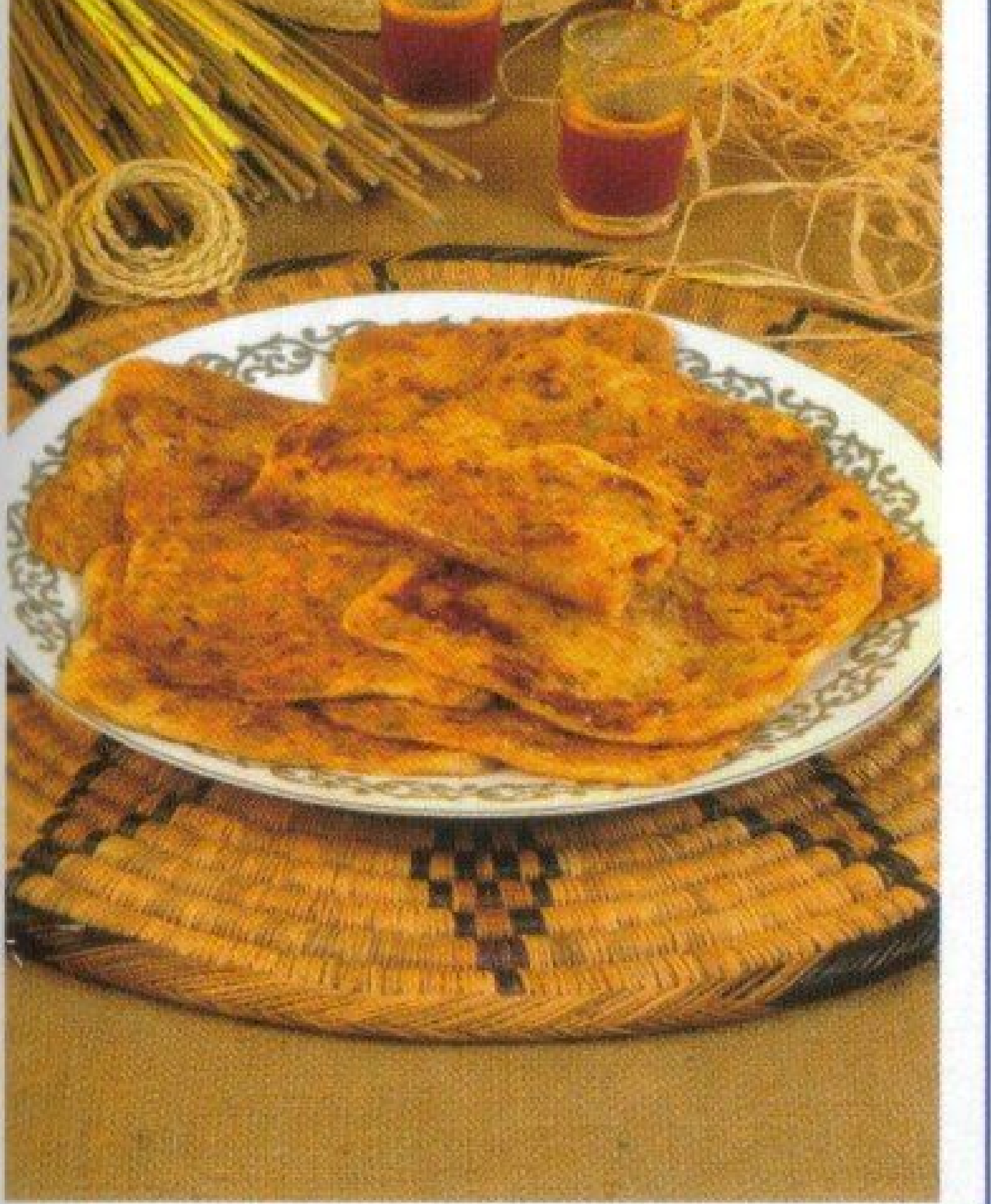




3) يقلى المقروط حتى يتحمر ثم مباشرة نضعه في العسل الدافئ.



المسمن المحشو

المقادير

500 غ من الدقيق الممتاز
250 غ من دقيق القمح
ملح حسب الذوق + ماء دافئ
1 زلافة من الزيت
400 غ من البصل المفروم
200 غ من الشحمة المقطعة مكعبات
2 ملاعق من القزبر والبقدونس
1 ملعقة صغيرة من الكامون
1/2 ملعقة من الفلفل غبرة حلوة
2 ملاعق من زيت الزيتون
1 ملعقة صغيرة من الهريسة

طريقة التحضير

1) في مقلاة على النار نضع البصل، الزيت، الشحمة مع التحريك ثم جميع التوابل المذكورة مع الاستمرار في التحريك حتى تتشرب تماما.



2) في إناء نضع الدقيق الأبيض ودقيق القمح ثم الملح، نضيف الماء بالتدريج حتى تصبح رخوة ومتماسكة، تدلك قليلا.



3) نحضر كويرات، تدهن بالزيت، تورق على شكل دائري، تحشى بالحشوة المحضرة، تثنى على شكل مربع، تمدد قليلا بأطراف الأصابع، نضع كل رغيف مربع في مقلاة ونتركه حتى يتحمر من الوجهين.

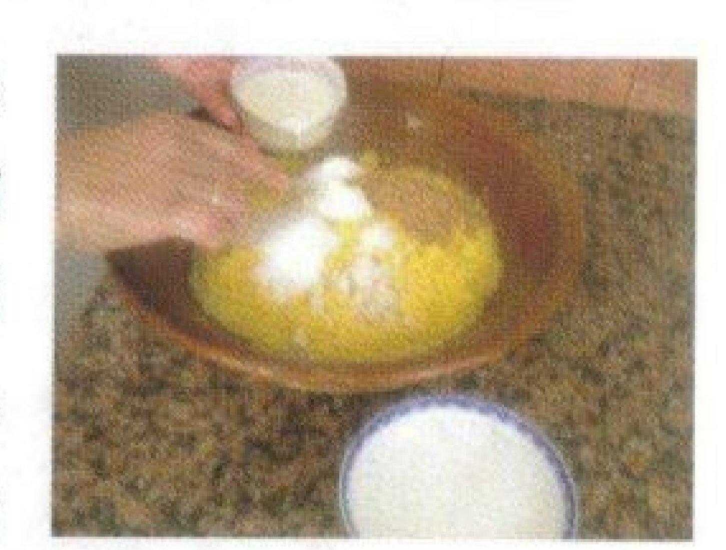
البسبوسة بالكركاع

المقادير

700 غ من السميد الرقيق والسميد الغليظ
2 ملاعق من الزبدة
1 كأس من الدانون
1 ملعقة كبيرة من القشدة الطرية
50 غ من السكر المطحون
1 ملعقة كبيرة من الزنجلان المطحون
50 غ من الكركاع المطحون
1 ملعقة صغيرة من الخميرة الحلوة
قبضة ملح
1 كأس كبير من العسل
1 ملعقة من الفاني السائل
حليب دافئ حسب الخليط
حبات من الكركاع للتزيين

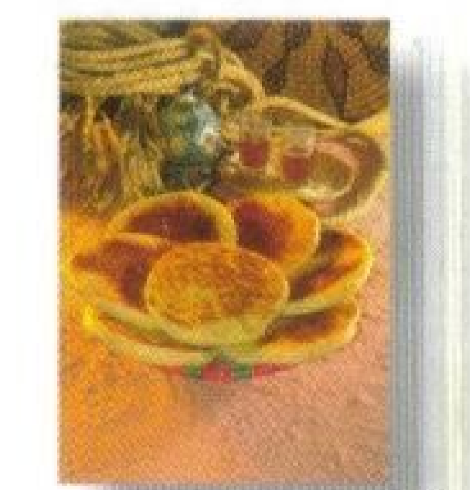
طريقة التحضير

1) في إناء نخلط السميد والزبدة جيدا ثم نضيف جميع التوابل المذكورة مع إضافة الحليب بالتدريج حتى تصبح العجين رخوة شيئا ما (انظر الصورة).

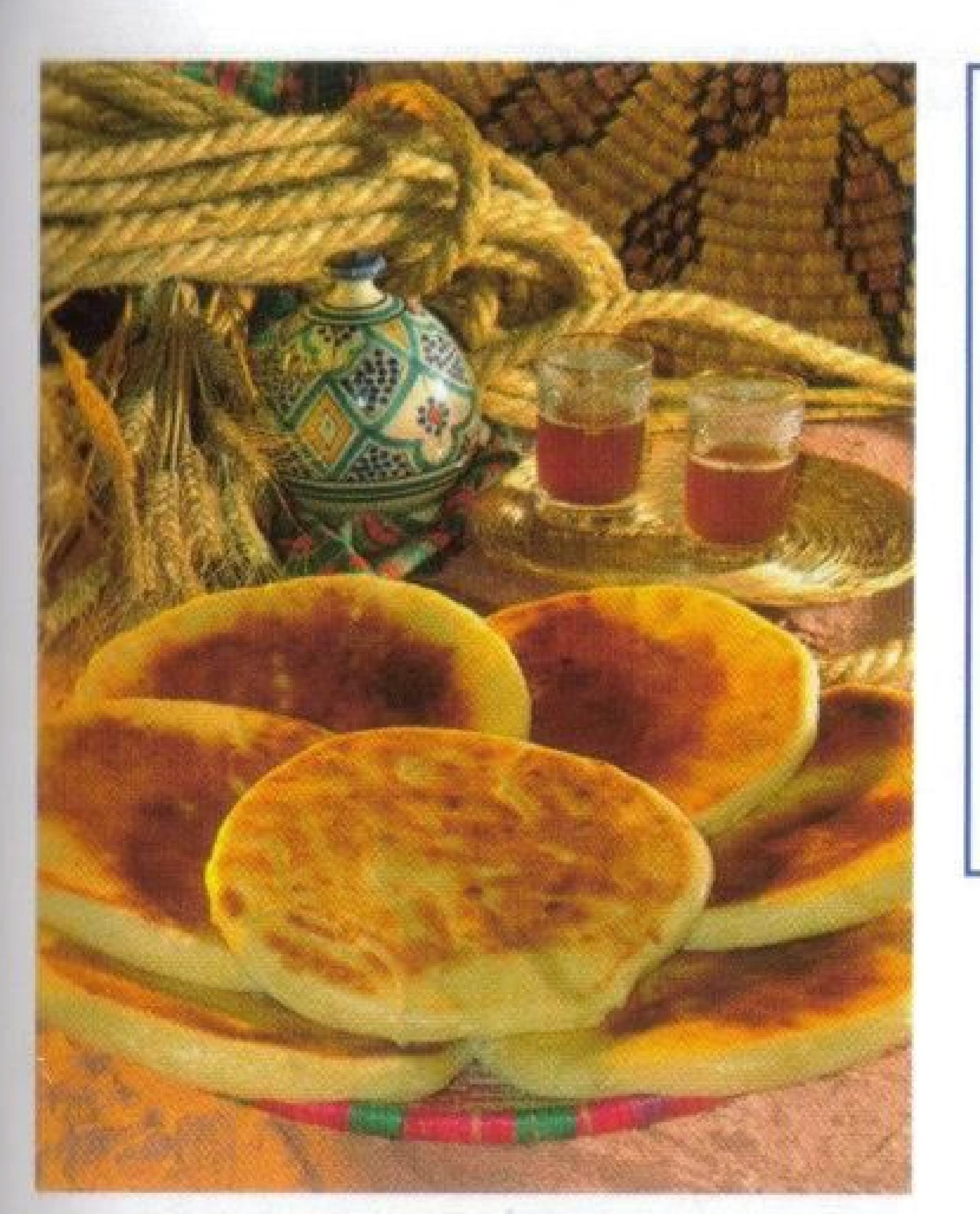


2) يدهن إناء فرن بالزبدة ثم نصب خليط البسبوسة المحضرة. تطهى في فرن متوسط الحرارة مدة 25 دقيقة تقريبا. بعد خروجها من الفرن تسقى بالعسل ثم تقطع وتزين بالكركاع.





بطبوط (مطلوع) بالسمن



المقادير

- 500 غ من الدقيق الممتاز
- 150 غ من دقيق القمح
- 100 غ من الزبدة
- 1 ملعقة صغيرة من خميرة حلوة
- 1/2 كأس من الحليب
- 1 ملعقة صغيرة من السمن الحار

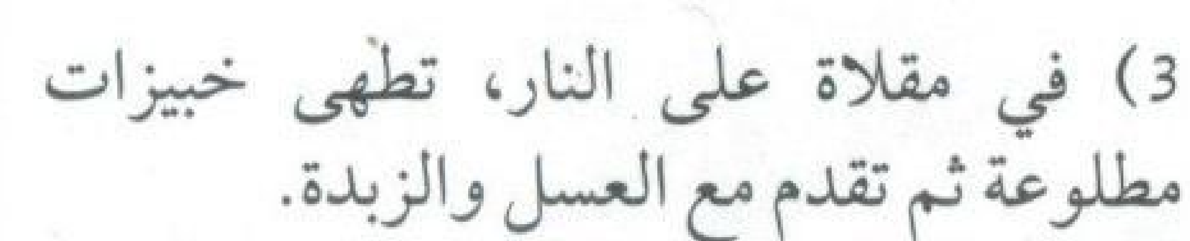
طريقة التحضير



1) في قصعة نضع الدقيق الأبيض والدقيق القمح، يجوف وسطه ثم نضيف الملح، الخميرة مخلوطة مع الحليب، نضيف الماء بالتدريج حتى تتجمع العجين وتصبح رخوة وملساء، تدلك جيدا، نحضر كويرات، تترك جانبا.

2) نخلط الزبدة والسمن مع بعض، تطلق كويرات بالطول، ندهن بالزبدة، تلف على شكل رولو، تجمع مع الرؤوس مثل ملوي، تطلق بكف اليدين، تترك حتى تتخمر.

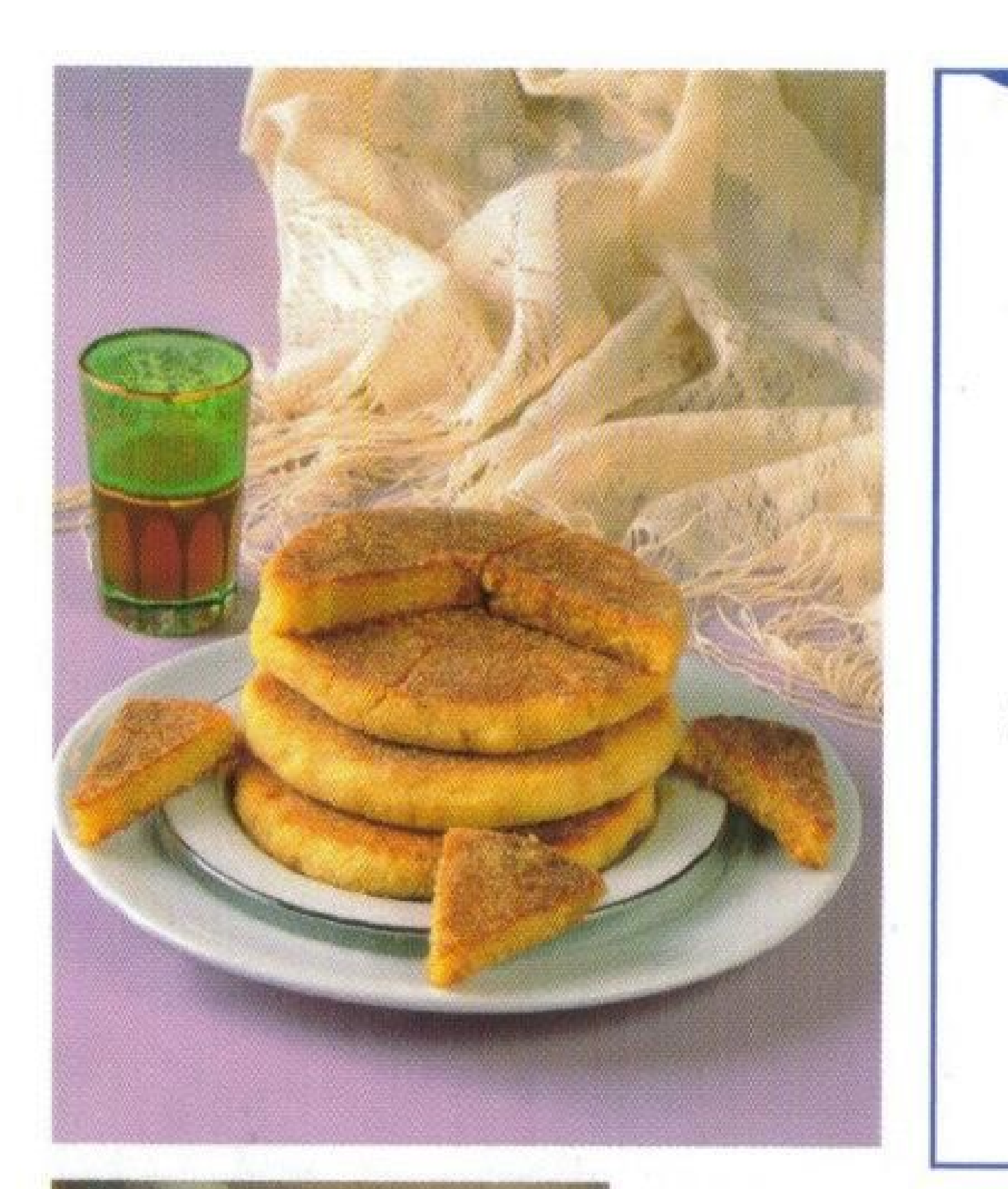




3) في مقلاة على النار، تطهى خبيزات مطلوعة ثم تقدم مع العسل والزبدة.



حرشة بالحليب

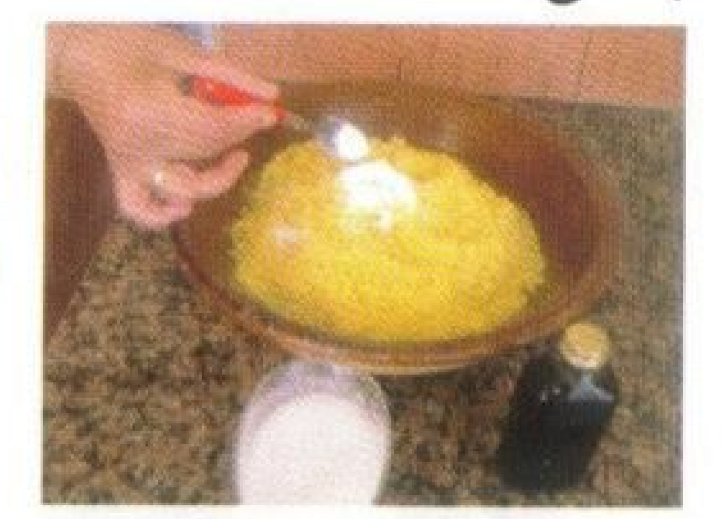


المقادير

- 500 غ من السميد الغليظ
- 200 غ من السميد الرقيق
- 50 غ من الحليب الغبرة
- 2 ملاعق صغار من السكر
- كأس من العسل
- 1/2 كأس من الزيت + 125 غ من الزبدة
- ملح حسب الذوق
- 1 ملعقة صغيرة من الفاني
- 1/2 ملعقة صغيرة من خميرة الخبز
- ماء دافئ حسب الخليط

طريقة التحضير

1) في إناء نضع السميد الرقيق والسميد الغليظ، الحليب الغبرة، نضيف الزبدة، الزيت، نخلط الكل حتى ينسجم مع بعض.

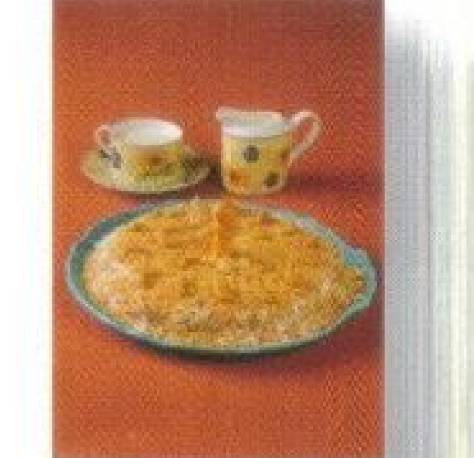


2) نضيف جميع التوابل المذكورة مع الخلط حتى تنسجم التوابل مع السميد، نضيف الماء بالتدريج حتى تتجمع العجين وتصبح رخوة.



3) نأخذ كويرات، ترش بالسميد، تطلق على شكل دائري، تطهى في مقلاة من الوجهين، عند التقديم تدهن بالعسل.

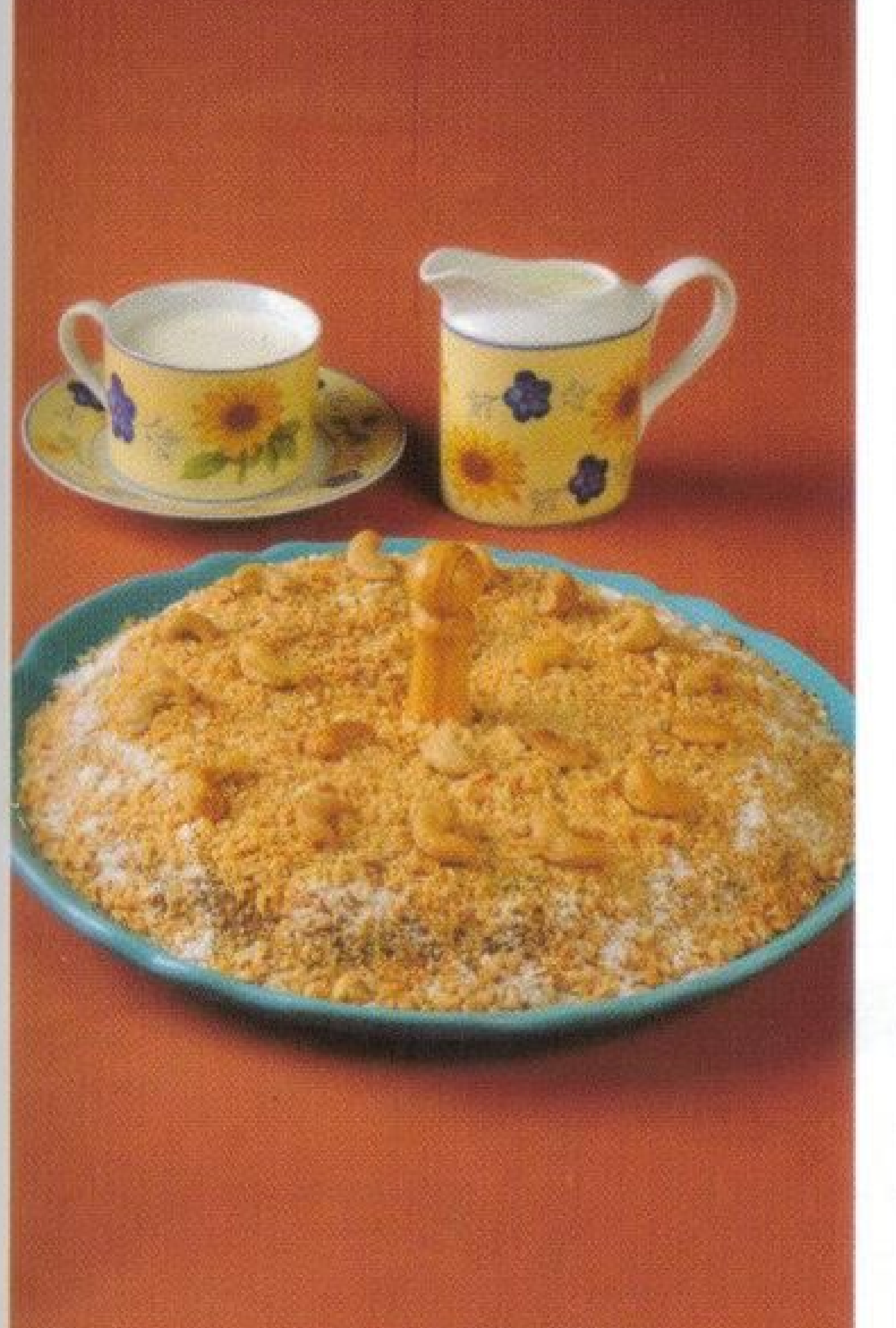




سفوف بانوا أكاجو (سلو)







المقادير

1 كلغ من الدقيق المحمر
250 غ من دقيق القمح المحمر
700 غ من الانوا كاجو المحمر المطحون
400 غ من الزنجلان المحمر المطحون
4 حبات من القرنفل المدقوق
1 ملعقة صغيرة من حبة الحلاوة
100 غ من النافع المطحون
1 ملعقة من الإلان المطحون
250 غ من السكر المطحون
1 كأس كبير من العسل
1/4 كأس من زيت الزيتون
400 غ من الزبدة الذائبة
6 حبات من المسكة الحرة المدقوقة
200 غ من زريعة الكتان المحمر المطحون
رشة ملح

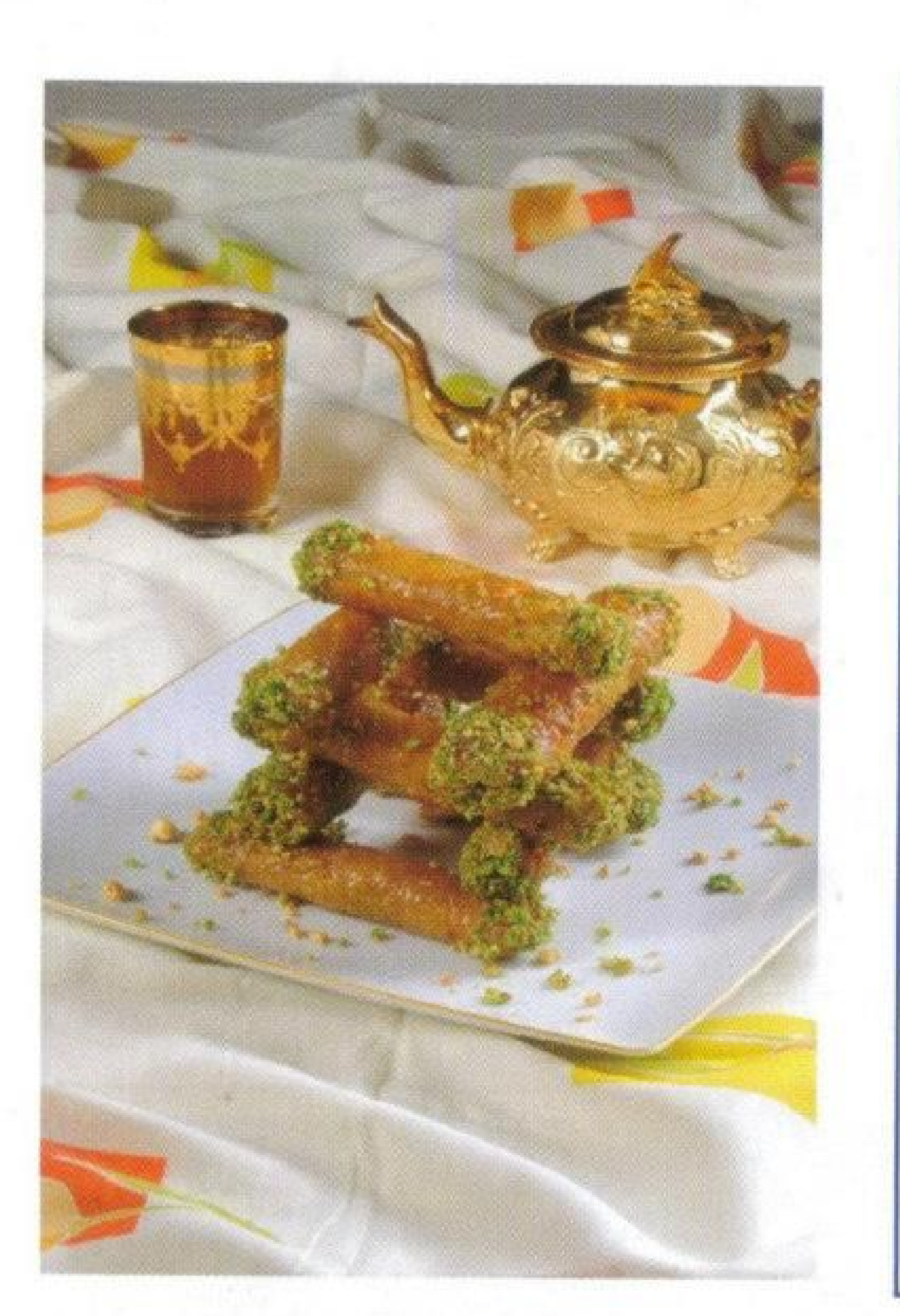
طريقة التحضير



1) في إناء نضع الدقيق الأبيض ودقيق القمح المحمرين ثم جميع المقادير المذكورة ما عدا الزبدة والعسل، نخلط الكل حتى ينسجم بعضه مع بعض.

2) نضيف العسل، الزبدة مع الاستمرار في التحريك، يقدم في صحن حسب الرغبة. يزين بالانوا أكاجو.

سيكار رمضان بالبسطاش



المقادير

150 غ من البسطاش المفروم
500 غ من الكاوكاو المحمر
200 غ من الزنجلان المحمر المطحون
100 غ من السكر المطحون
700 غ من العسل
100 غ من الزبيب
2 ملاعق كبار من ماء الزهر
1 ملعقة كبيرة من الزبدة
1 ملعقة صغيرة من القرفة
4 حبات من المسكة الحرة
زيت لقلي السيكار
500 غ من ورقة البسطيلة

طريقة التحضير

1) تطحن جميع الفواكه الجافة، نضعها في إناء التخليط، نضيف السكر، ماء الزهر، الزبدة، المسكة، القرفة، يخلط الكل جيدا ثم يترك جانبا.



2) نأخذ ورقة البسطيلة، تدهن بالزبدة، ثم نضع قليلا من الحشوة المحضرة، تلف على شكل سيكار، ندهن الطرف الأخير من الورقة بصفار البيض.





3) يقلى السيكار حتى يتحمر من الوجهين ومباشرة نضعه في العسل، تساس الرؤوس في البسطاش المفروم.



كويلش بالصنوبر

المقادير

1 كلغ من الدقيق
1 كأس كبير من زيت المائدة والزبدة
1 ملعقة صغيرة من السمن الحار
1 قبضة من الزعفران الحر
1/4 ملعقة من خميرة الخبز
1/4 ملعقة من خميرة الحلوى
2 حبات من القرنفل المدقوق
2 صفار البيض

1 بيضة
1 كأس من ماء الزهر
1 ملعقة كبيرة من الخل الأبيض
175 غ من الزنجلان المحمر المطحون
70 غ من الصنوبر المحمر المطحون
1 ملعقة من القرفة
زيت للقلي
عسل

طريقة التحضير

1) في إناء نضع الدقيق، نضيف الزيت، الزبدة، يخلط جيدا ثم يجوف وسطه، ونضيف جميع التوابل المذكورة مع إضافة الماء حتى يتجمع العجين.

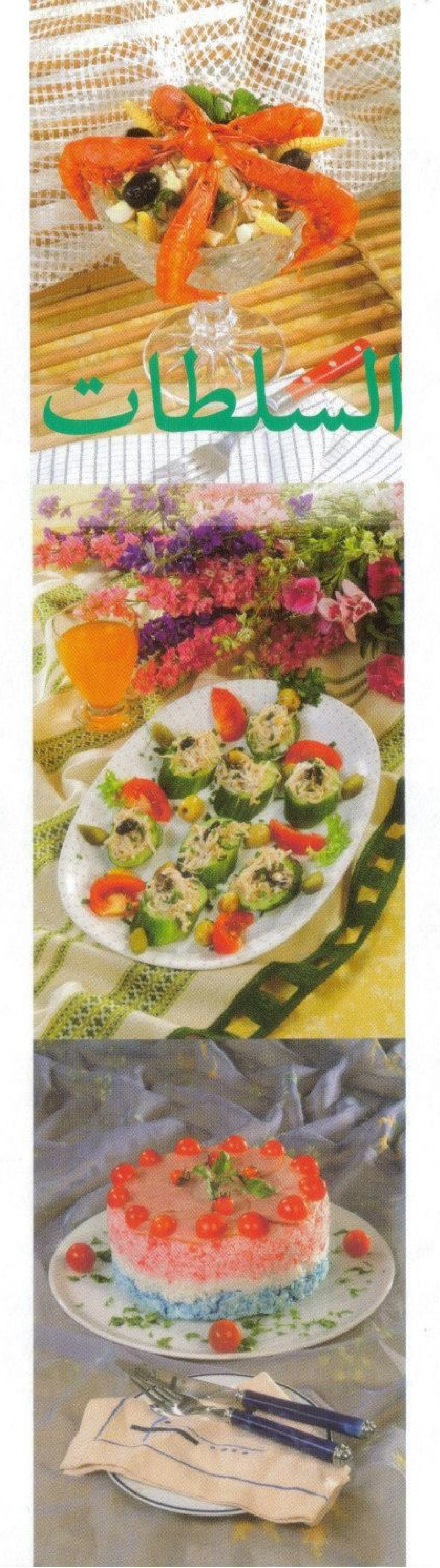




2) نحضر كويرات صغيرة، ثم تترك جانبا مدة 10 دقائق، تطلق فوق مائدة مرشوشة بالدقيق، تقطع بالجرارة أو القطاعة الخاصة لتقطيع الشباكية، نشرط كل مربع من الوسط للحصول على 6 أضلع، نرفع ضلعة دون الأخرى بالأصابع من أجل تشبيك المربع.



3) تقلى الشباكية في الزيت الساخن ثم مباشرة نضعها في العسل، ترش بالصنوبر.



السلطات



فهرس



سلطة القمرون

المقادير

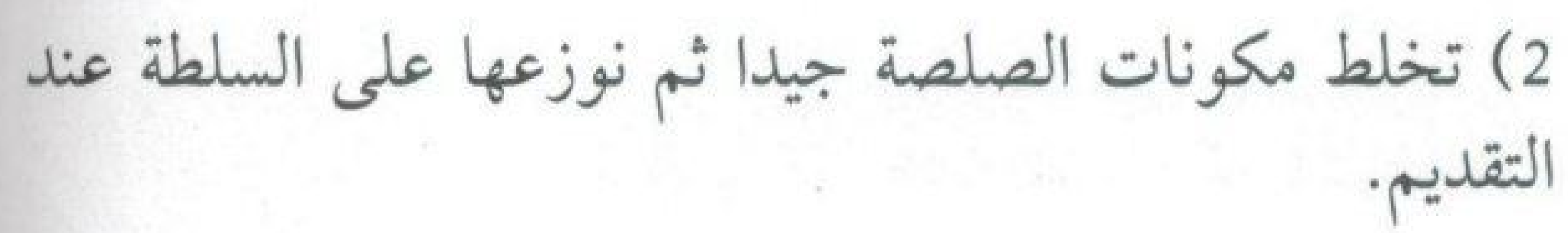
300 غ من القمرون (Royal)
150 غ من ذرة معلبة أصابع ومقطعة
حبات من الزيتون المقطع المكعبات
ملعقة صغيرة من حبات الحباق المفروم
100 غ من قلب النخل (Palmier)
50 غ من الصوجا المعلبة
1 ملعقة كبيرة من الكبار
200 غ من البطاطا المسلوقة

للصلصة:
ملح وإبزار حسب الذوق
2/1 ملعقة صغيرة من الخردل
1 ملعقة كبيرة من الخل
1 ملعقة كبيرة من عصير الحامض

طريقة التحضير

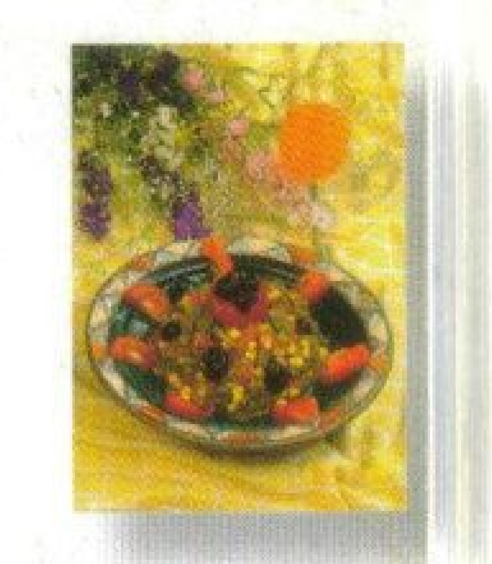


1) نخلط جميع المكونات مع بعض ثم نضعها في إناء التقديم وتزين بالقمرون المسلوق.



2) تخلط مكونات الصلصة جيدا ثم نوزعها على السلطة عند التقديم.





السلطة المغربية

المقادير

500 غ من الطماطم
250 غ من الفلفل الأصفر والأخضر
1 ملعقة صغيرة من البقدونس
1 فص من الثوم المفروم
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
زيتون أسود
1/4 ملعقة من الكامون
رشة من الإبزار الأبيض
1 ملعقة كبيرة من عصير الحامض
ملح حسب الذوق
1 ملعقة صغيرة من الخل الأبيض
1/2 علبة صغيرة من الذرة

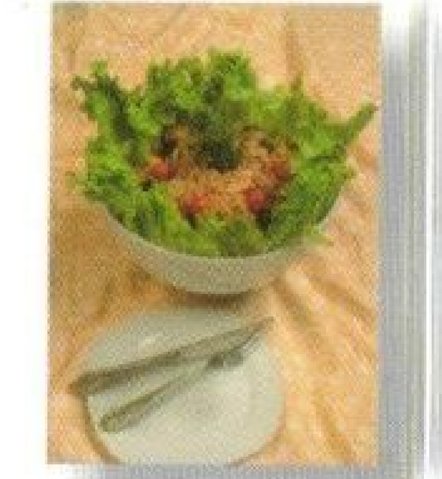
طريقة التحضير



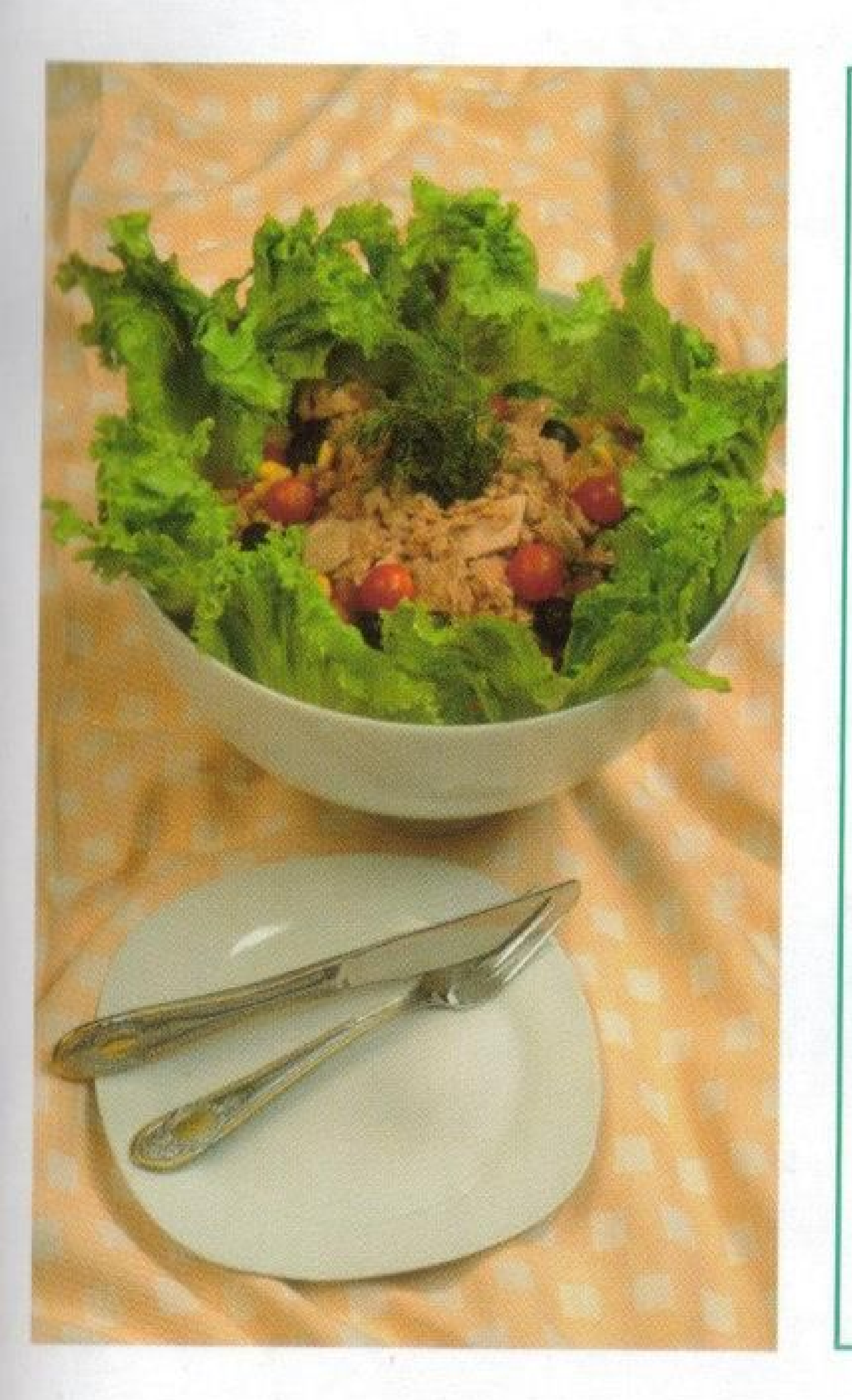
1) تغسل الطماطم، تقطع قطعا صغيرة، نضيف الفلفل الأصفر والأخضر مشوية ومقطعة قطعا صغيرة جدا، الثوم ثم البقدونس والذرة.



2) نخلط الكامون، الملح، الإبزار، الزيت، عصير الحامض، الخل مع بعض ثم نوزعهم على السلطة عند التقديم.




سلطة الخص والبسباس



المقادير

250 غ من البسباس المسلوق
150 غ من قلب النخل
1 علبة من التون
50 غ من الزيتون الأسود
1 علبة من الذرة
250 غ من الخص
100 غ من الطماطم سوريز
1 ملعقة صغيرة من البسباس المفروم
150 غ من أوراق الخص

للصلصة:

2 ملاعق من زيت الزيتون
2 ملاعق من عصير الحامض
1 ملعقة من الخل الأبيض
ملح وابزار حسب الذوق

طريقة التحضير



1) يغسل الخص جيدا، يقطع قطعا صغيرة، يغسل البسباس ويقطع مكعبات، يسلق لمدة 10 دقائق.



2) ناخذ إناء، نضع الخص، البسباس، قلب النخل ثم أوراق الخص في الجوانب مع جميع التوابل المذكورة.

3) نخلط مكونات الصلصة جيدا ثم نوزعها على السلطة عند التقديم.

سلطة الفكوس

المقادير

400 غ من الفكوس
50 غ من خيوط الصوجا المعلبة
50 غ من قلب النخل المقطع قطعا صغيرة
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
1 ملعقة كبيرة من المايونيز
2 ملاعق من التون
1/4 ملعقة من البقدونس المفروم
ملح وإبزار أبيض حسب الذوق
1 ملعقة كبيرة من عصير الحامض

طريقة التحضير



1) يغسل الفكوس، يقطع ثم يصفف في صحن التقديم.

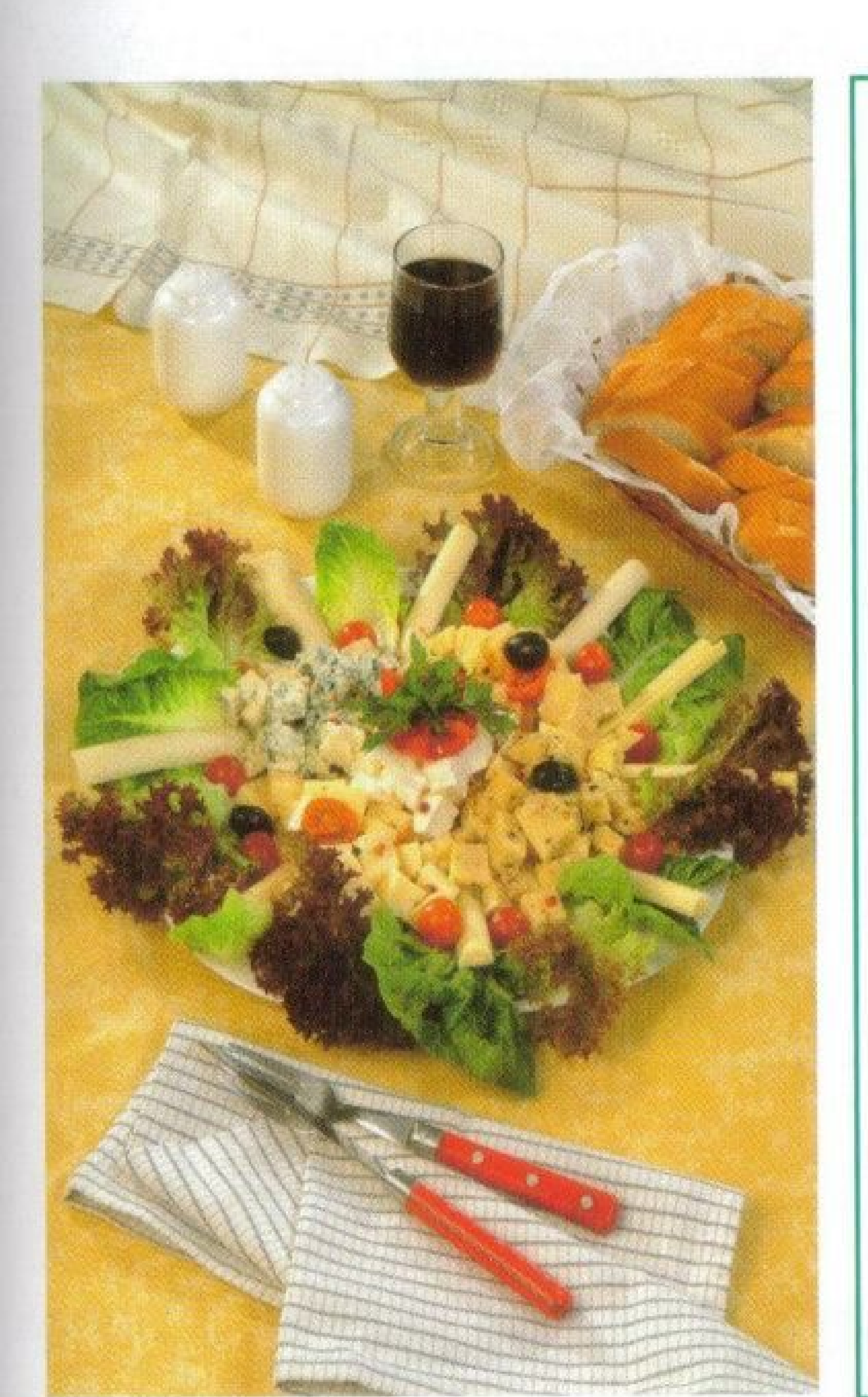




2) تخلط جميع مكونات السلطة مع بعض ثم نأخذ ملعقة من خليط السلطة ونضعها فوق الفكوس. تقدم مزينة حسب الرغبة.



سلطة بأنواع الجبن



المقادير

150 غ من قلب النخل (cœur de palmier)
100 غ من الجبن الأزرق
100 غ من الجبن الأبيض
100 غ من الجبن ريكوتا
100 غ من الجبن الأحمر
1 ملعقة صغيرة من البقدونس
1/2 ملعقة صغيرة من الحبق
1 كأس من الذرة + 4 أنواع من الخص
1 علبة من خيوط الصوجا

للصلصة:

2 ملاعق من الكريم
1 ملعقة من المايونيز
2 ملاعق من عصير الحامض
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
رشة من الإبزار الأبيض + ملح حسب الذوق

طريقة التحضير

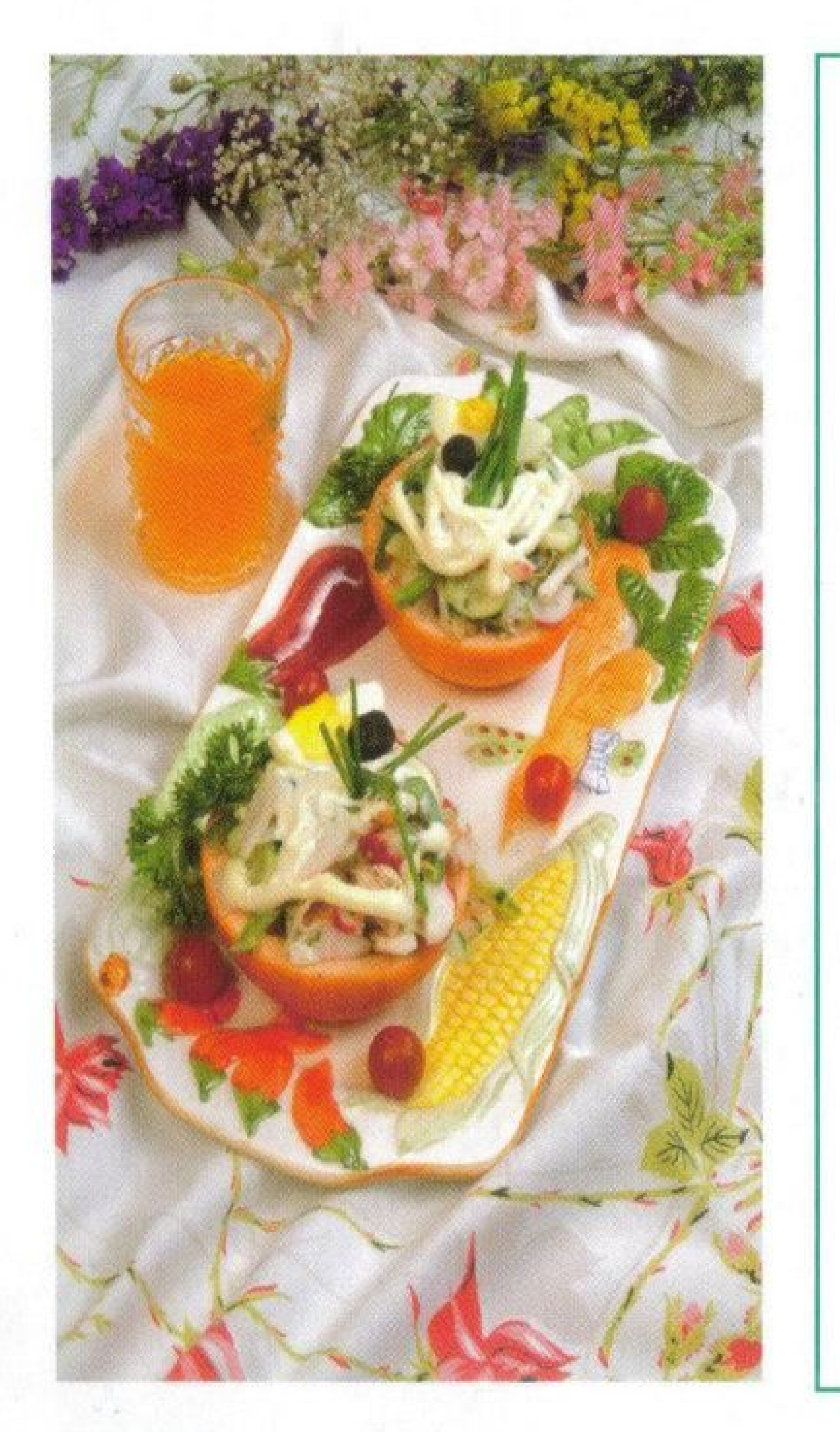
1) يغسل الخص ثم يفرم، نصففه في صحن التقديم. نضيف الصوجا، البصل المفروم، قلب النخل، الذرة ثم أنواع الجبن، البقدونس، الحبق، عند التقديم نوزع الصلصة المحضرة.



2) في إناء نضع جميع مكونات الصلصة، تخلط جيدا ثم تقدم مع السلطة.



سلطة البمبليموس



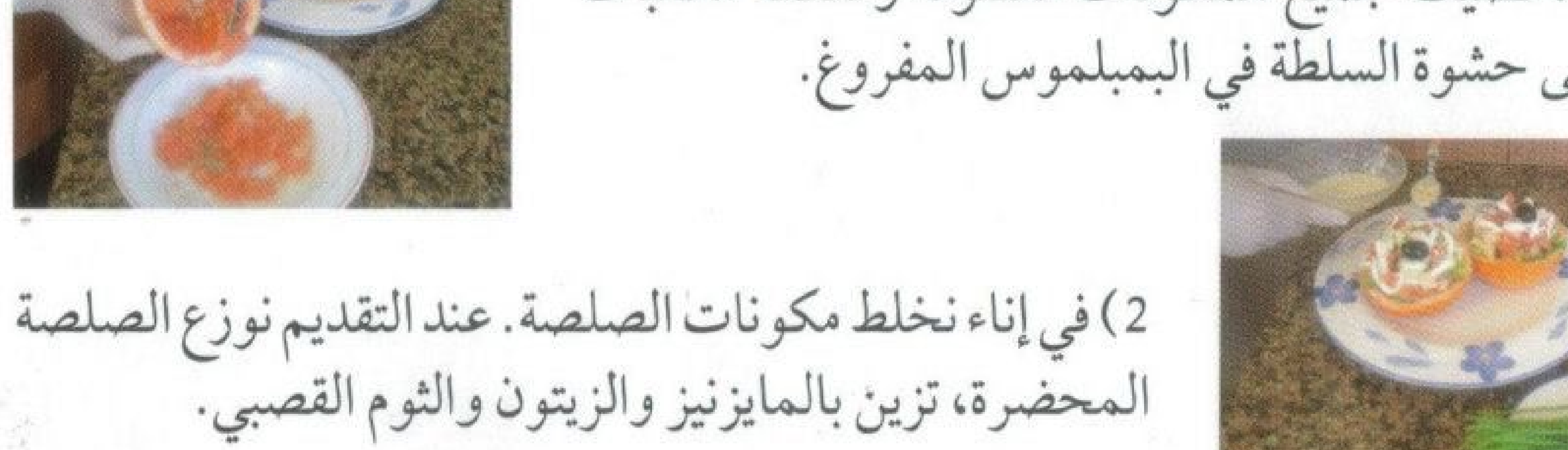
المقادير

2 حبات من البمبليموس
100 غ من قلب النخل المقطع (palmier)
100 غ من الطماطم سوريز
حبات من الفجل المقطع المكعبات
1 من الفلفل المقطع المكعبات
1 خيارة مقطعة

للصلصة:

1 ملعقة كبيرة من عصير الحامض
1/4 ملعقة صغيرة من الخردل
قليل من زيتون أسود
ثوم قصبي
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
1 ملعقة كبيرة من المايونيز
ملح وإبزار حسب الذوق
2 ملاعق من المايونيز للتزيين

طريقة التحضير



1) تفرغ حبات البمبليموس، تقطع مكعبات، نضعها في إناء التخليط، نضيف جميع المكونات مغسولة ومقطعة مكعبات ثم تحشى حشوة السلطة في البمبلموس المفروغ.



2) في إناء نخلط مكونات الصلصة. عند التقديم نوزع الصلصة المحضرة، تزين بالمايزنيز والزيتون والثوم القصبي.



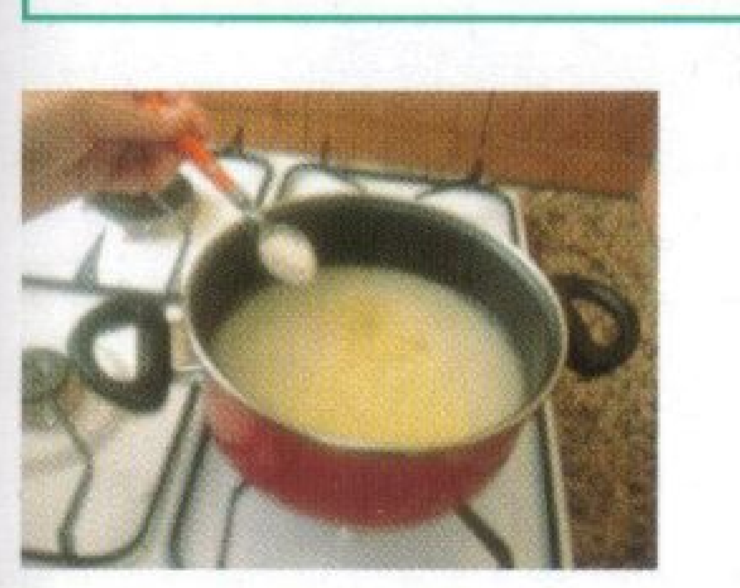
سلطة بالروز بشرائح الديك الرومي المدخن وبالجبن

المقادير

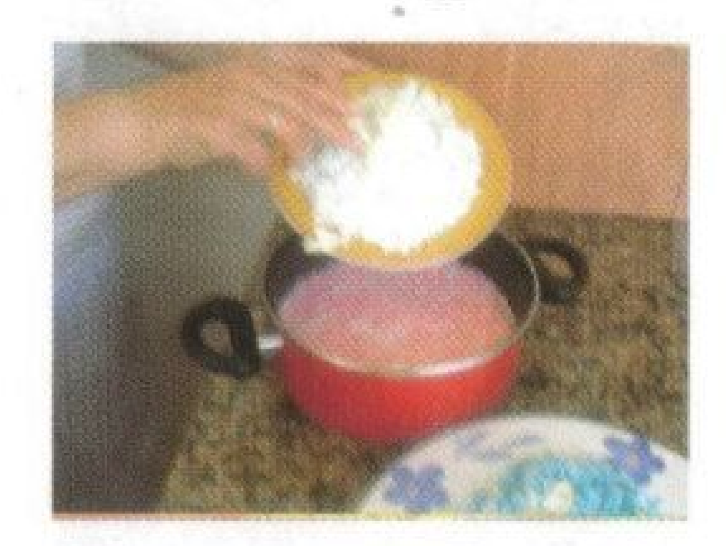
600 غ من الروز
100 غ من الجبن الأبيض
100 غ من الجبن الأزرق
1/4 ملعقة صغيرة من الملون الأزرق السائل
1 حبة من البربا المسلوقة
300 غ من شرائح الديك الرومي المدخن
1 ملعقة صغيرة من الملح
1 ملعقة كبيرة من الزيت

للصلصة:
1 ملعقة كبيرة من المايونيز
1 ملعقة صغيرة من الخردل
2 ملاعق من عصير الحامض
1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
ملح وإبزار أبيض حسب الذوق

طريقة التحضير



1) في طنجرة على النار نضع الروز، الزيت، الملح، يترك الكل ينضج على نار خفيفة حتى يتضاعف حجمه.

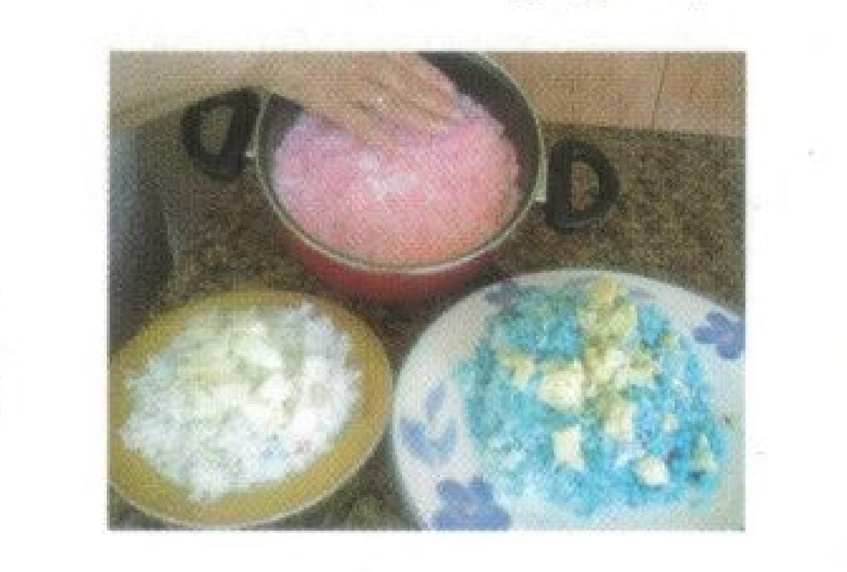


2) يقسم الروز إلى ثلاثة اقسام، نضع في الأول البربا المبشورة وفي الثاني الجبن الأبيض وفي الثالث نضع الجبن الأزرق مع إضافة الملون الغذائي الأزرق.

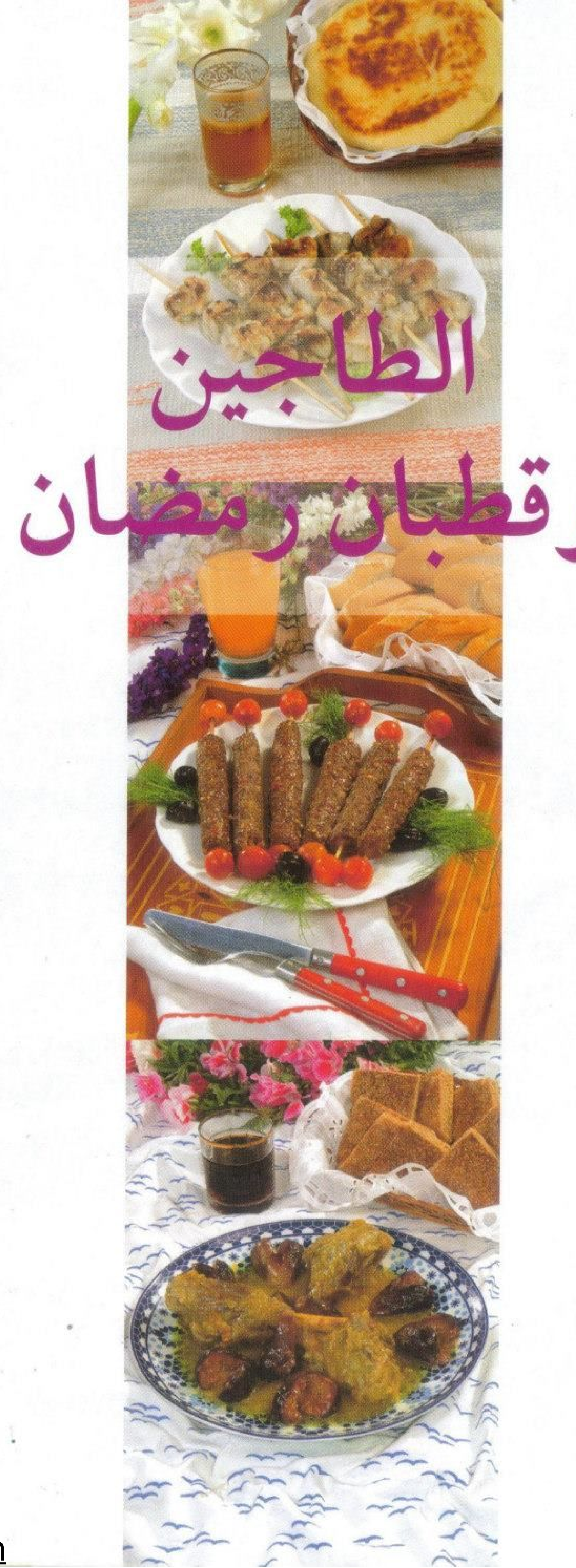




3) في طنجرة نفرش بلاستيك غذائي ثم نصفف شرائح الديك الرومي المدخن ثم نضع الروز بالبربا. بعد ذلك الروز بالجبن الأبيض، والروز بالجبن الأزرق، مع الضغط عليه جيدا ويترك جانبا.



4) في إناء نخلط جميع التوابل، الصلصة، تخلط جيدا ثم تقدم مع سلطة الروز.



الطاجين وقطبان رمضان



فهرس



قطبان البولفاف

المقادير

500 غ من كبد الغنم
1 ملعقة من الكامون
1/2 ملعقة من الفلفل الغبرة
400 غ من شحمة الغنم
1 ملعقة من القزبر الجاف
ملح وإبزار حسب الذوق
قبضة من الأزير

طريقة التحضير



1) نضع كبد في مقلاة على النار حتى تتحمر شيئا ما.

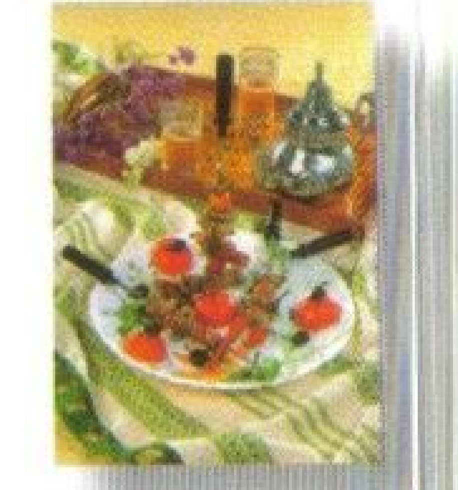


2) تقطع مكعبات كبيرة، توضع في إناء ونضيف الكامون، الملح، القزبر ثم الأزير ونخلط الكل جيدا.



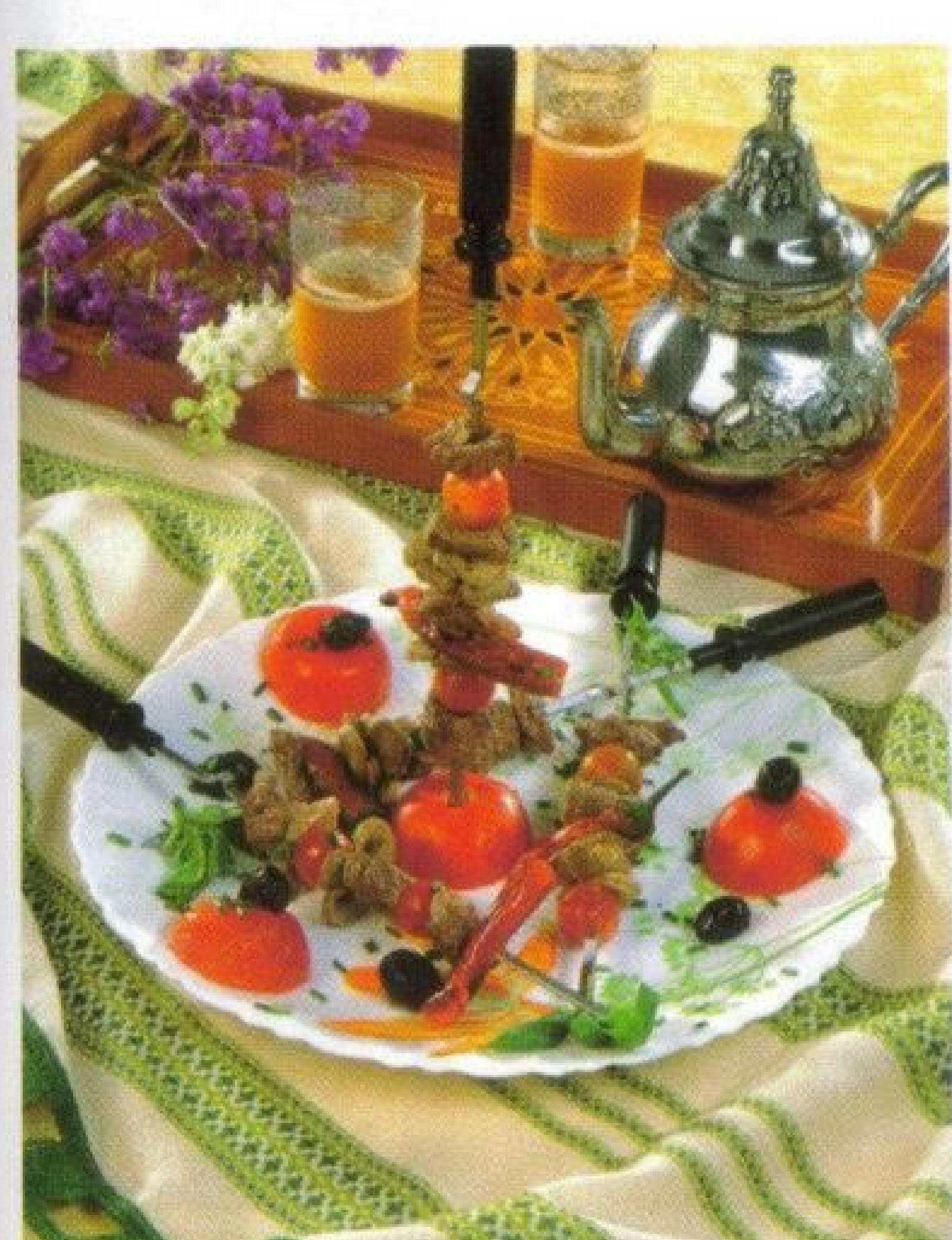
3) تلف مربعات الكبد بالشحمة، تصفف في قطبان، تشوى حت تتحمر.

قطبان الغنم





المقادير



- 500 غ من هبرة الغنم المقطعة المكعبات
- 100 غ من الفلفل الحار
- 1/4 ملعقة من الإبزار الأبيض
- 1 ملعقة صغيرة من زيت الصوجا
- 100 غ من الفطر المأكول المعلب
- طماطم سوريز
- ملح حسب الذوق
- 1 ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- 1 ملعقة صغيرة من السكنجبير المبشور
- 1/2 ملعقة من الثوم الغبرة

طريقة التحضير



1) في إناء نضع مكعبات اللحم، الملح، الإبزار، زيت الصوجا، زيت الزيتون، السكنجبير المبشور، الثوم الغبرة. يخلط الكل جيدا ثم يترك جانبا مدة ساعة.

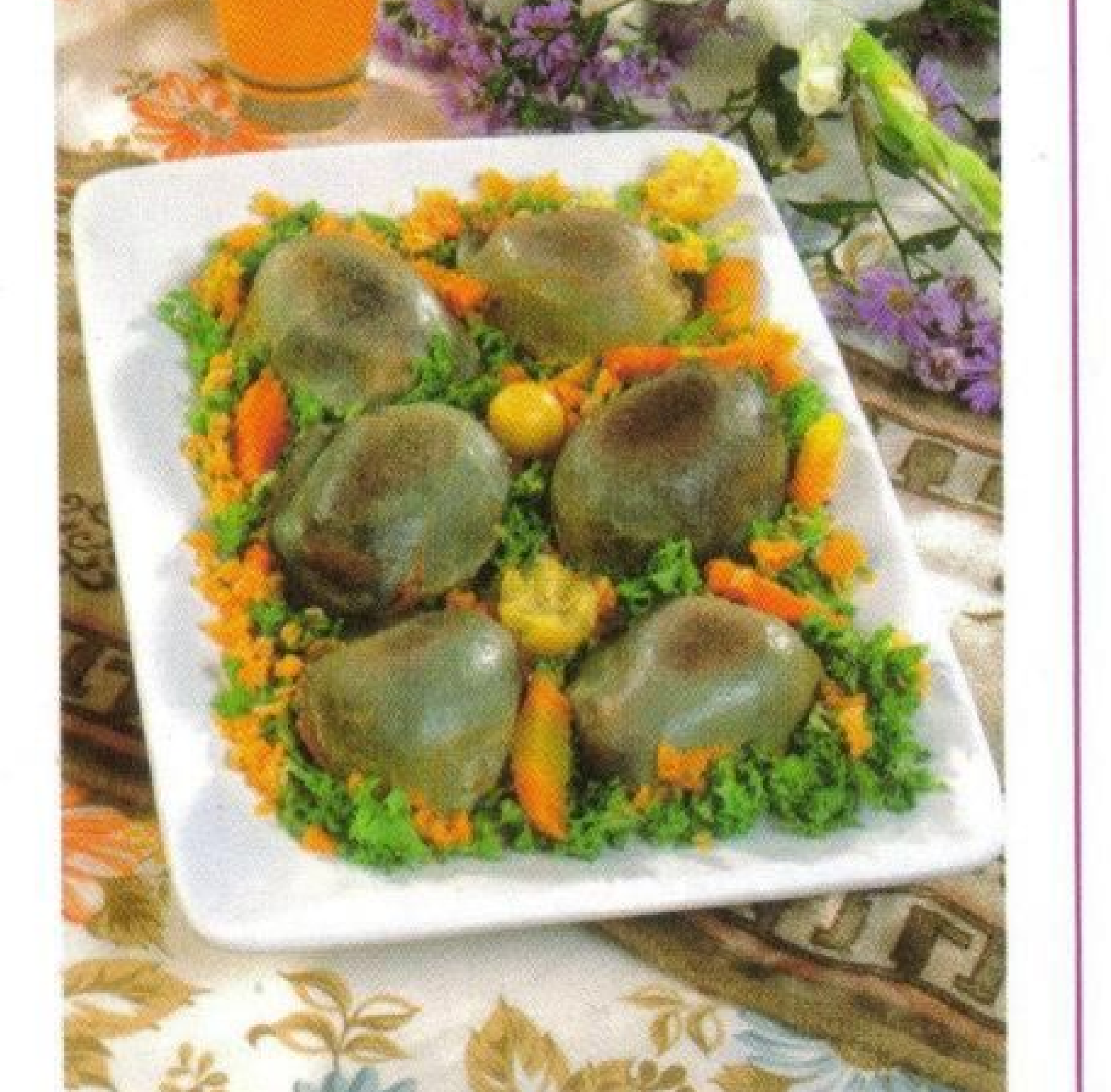


2) تصفف قطع اللحم في قطبان مع الفلفل الحار، الفطر المأكول ثم الطماطم سوريز، توضع في شواية كهربائية أو على الفحم وتقدم حسب الرغبة.

طيحان الغنم المعمر



المقادير



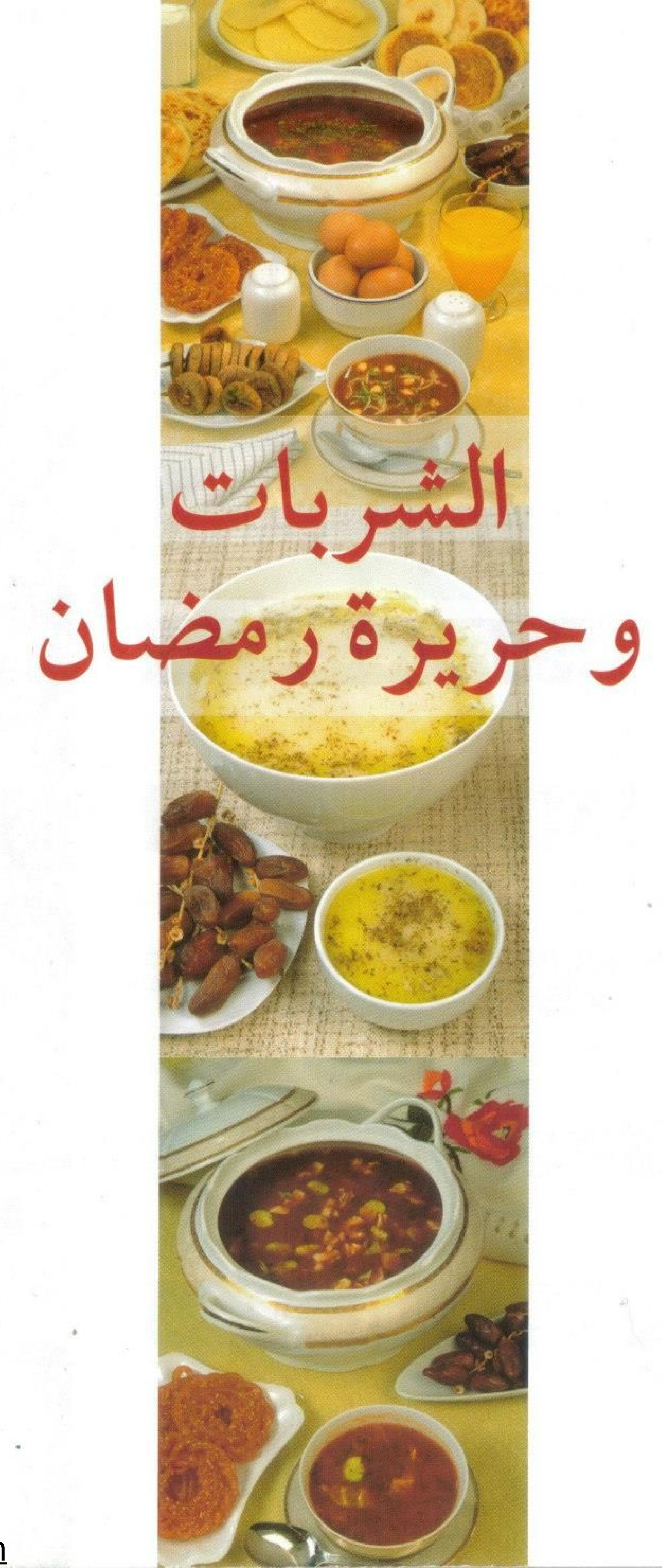
- 6 طيحان الغنم
- 1 زلافة من الشعرية الصينية
- 1 زلافة من لحم الديك الرومي المفروم
- 1 بيضة + 1 ملعقة من الكامون
- قليل من قطع صغيرة من الحامض المرقد
- 1 ملعقة صغيرة من الفلفل الغبرة الأحمر
- 6 فصوص من الثوم
- 2 ملاعق من الزيت
- 1 ملعقة من الهريسة
- ملح حسب الذوق
- قليل من الزيتون المقطع قطعا صغيرة

طريقة التحضير

1) نغسل الطيحان، ثم يسلق مدة 10 دقائق، نزيله ونصفيه.

2) نضع الشعرية الصينية في الماء الغليان مدة 5 دقائق، تقطع، نضعها في إناء التخليط مع إضافة جميع التوابل المذكورة.

3) بواسطة سكين نصنع فتحة في جانب الطيحان، ثم يحشى بالحشوة المحضرة بالكوردو ويثبت يوضع في صينية الفرن ويطهى مدة 25 دقيقة تقريبا.



الشربات وحريرة رمضان

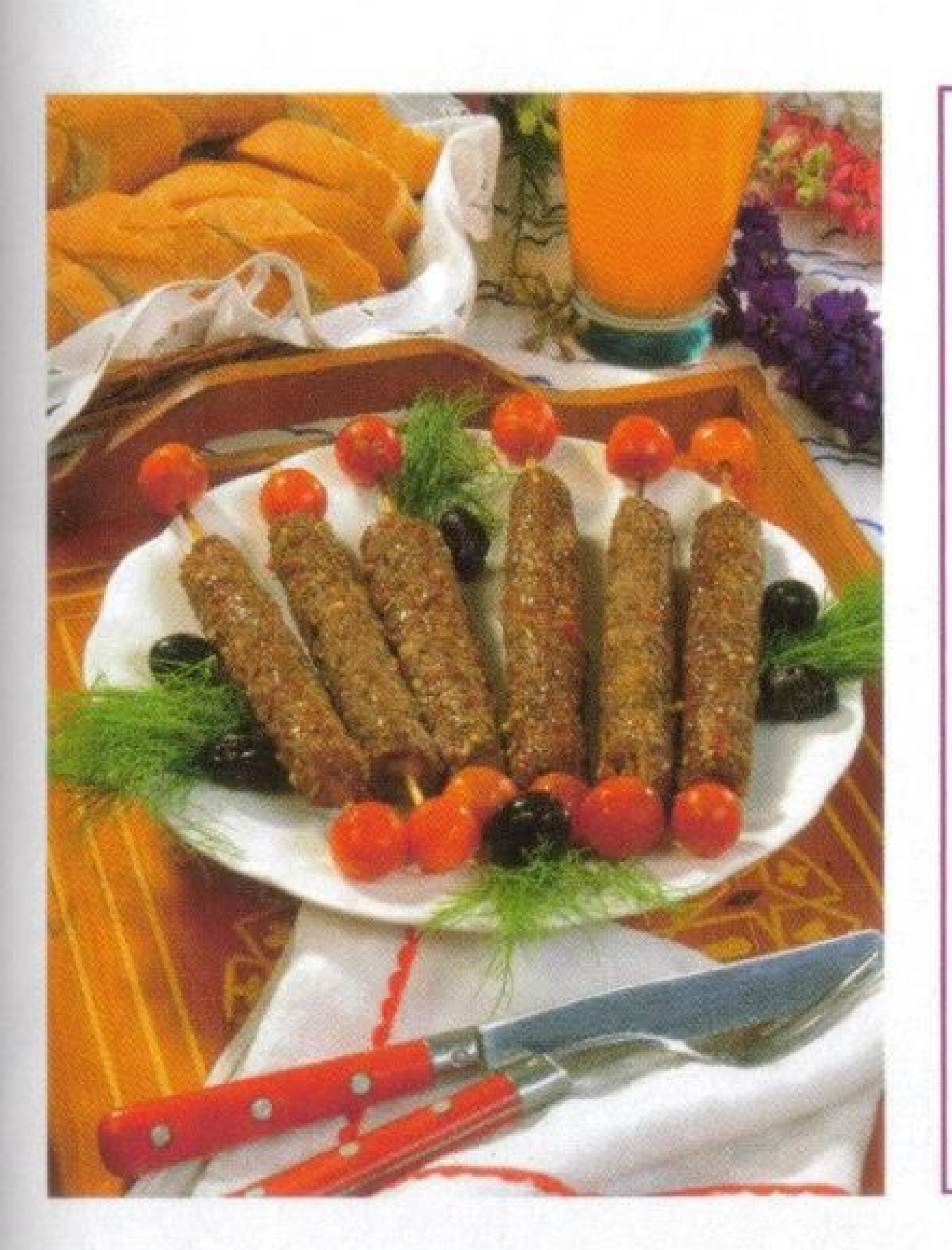


فهرس





قطبان اللحم المفروم



المقادير

600 غ من اللحم المفروم
1/4 ملعقة من السكنجبير
1/2 ملعقة من العطرية الأربعة
قبضة من رأس الحانوت
ملح وإبزار حسب الذوق
2 ملاعق من القزبر والبقدونس
1 ملعقة صغيرة من الفلفل الغبرة
1/2 ملعقة من الكامون
1/2 ملعقة من القزبر الجاف

طريقة التحضير

1) في إناء نخلط كل من اللحم المفروم ثم جميع التوابل المذكورة.



2) نأخذ قليلا من اللحم المفروم ويصفف في قطبان من خشب، ثم نضعهم في شواية كهربائية، تقدم القطبان حسب الرغبة.



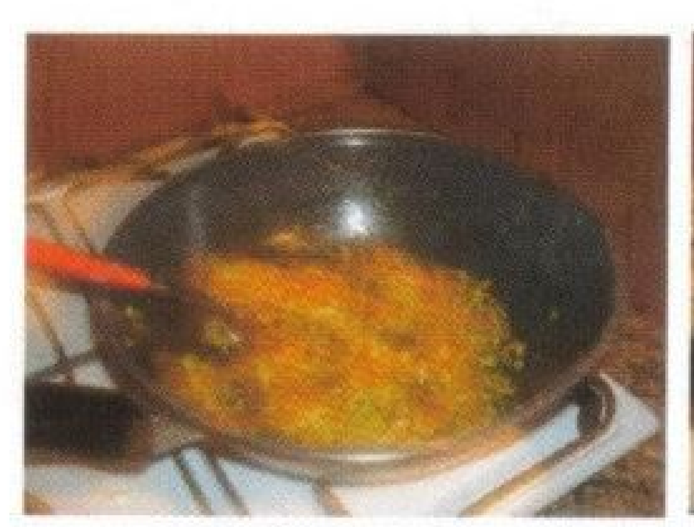
ستيك بالخضر

المقادير

4 من الستيك
1 بصلة مفرومة
1 ملعقة صغيرة من الثوم المفروم
1 ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم
ملح وإبزار حسب الذوق
1 ملعقة من الزبدة
قليل من السكنجبير المبشور
1 كراط
100 غ من الكورجيت المبشور

طريقة التحضير

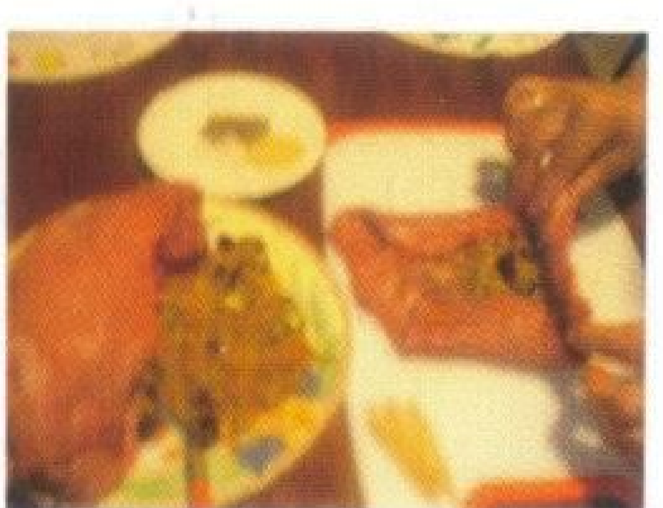
1) نأخذ الستيك نوزع الملح والإبزار ويترك جانبا.





2) في مقلاة على النار نضع الزبدة، البصل، الثوم والكراط مع التحريك حتى يتحمر شيئا ما ثم نضيف الخضر وجميع التوابل المذكورة.



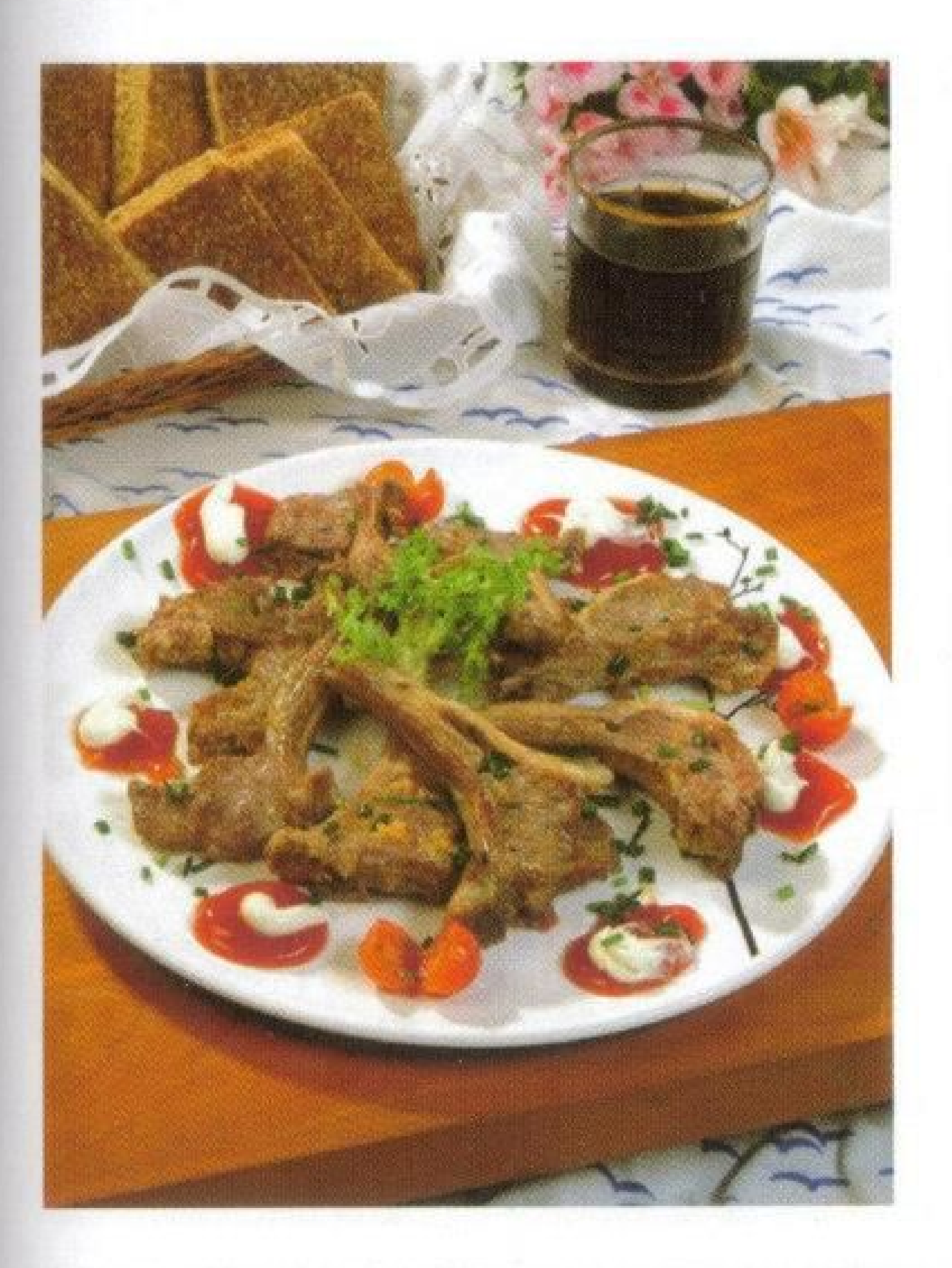


3) نحشي الستيك بقليل من الحشوة المحضرة ثم يلف على شكل رولو ويثبت بالكوردون ثم يقلى في الزيت أو يحمر في الفرن.



كوتليت غنم مشوية



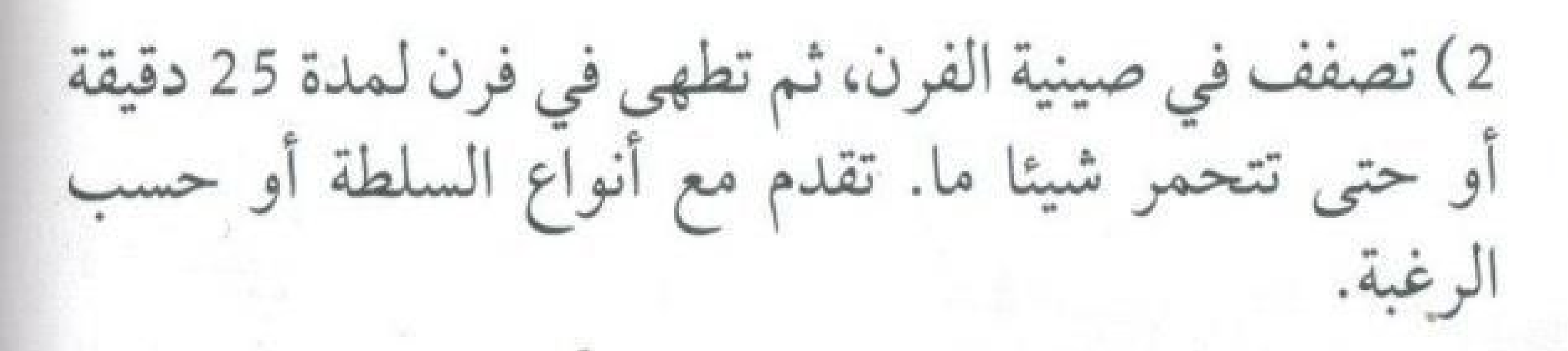
المقادير

700 غ من الكوتليت
1 ملعقة صغيرة من الصوجا
1 ملعقة كبيرة من زيت المائدة
1/2 1 ملعقة صغيرة من الثوم الغبرة
1/2 1 ملعقة صغيرة من البصل الغبرة
ملح وإبزار حسب الذوق

طريقة التحضير



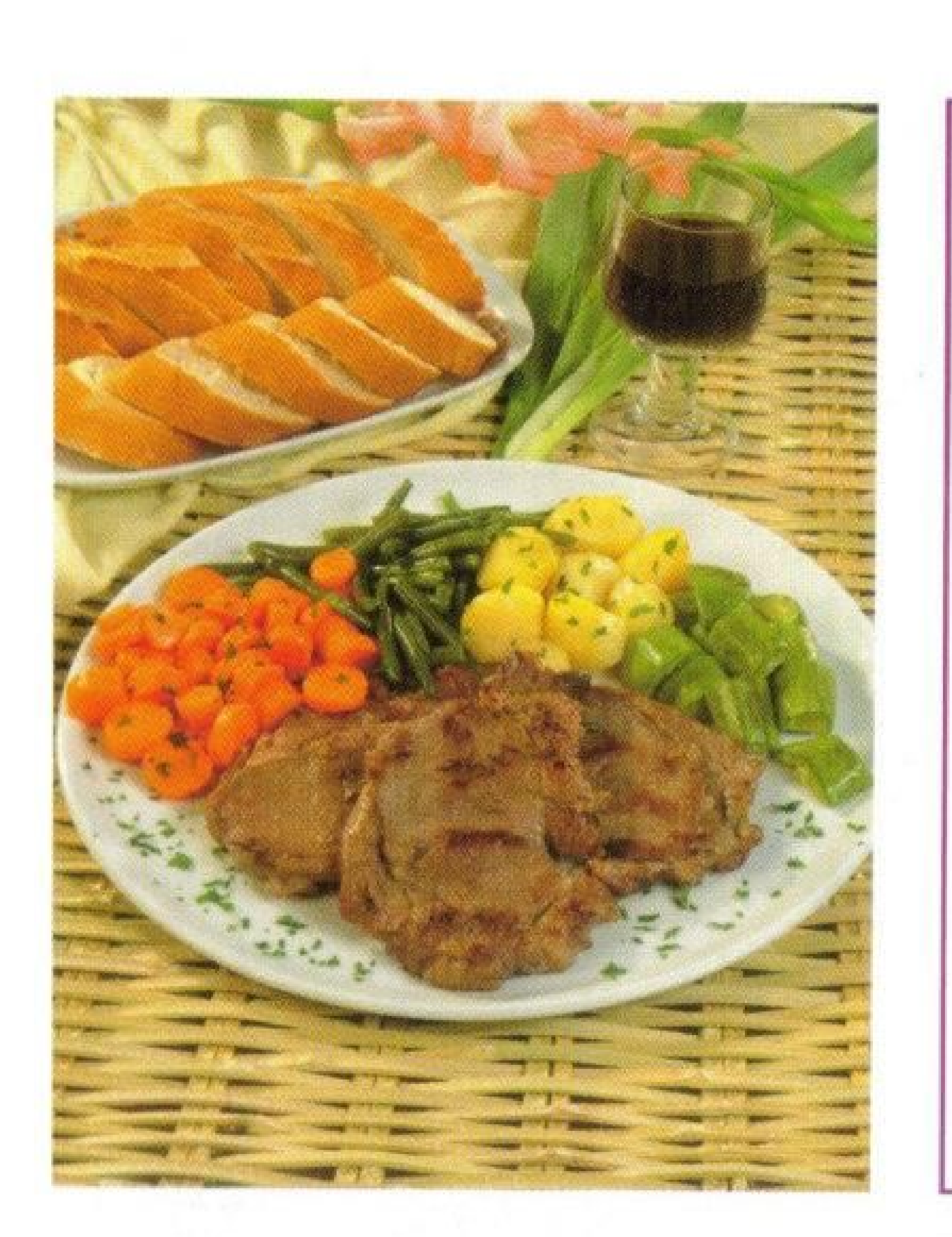
1) في إناء نضع الكوتليت ثم جميع التوابل المذكورة، نخلط الكل، نتركه جانبا مدة ساعة.





2) تصفف في صينية الفرن، ثم تطهى في فرن لمدة 25 دقيقة أو حتى تتحمر شيئا ما. تقدم مع أنواع السلطة أو حسب الرغبة.

ستيك بالخضر



المقادير

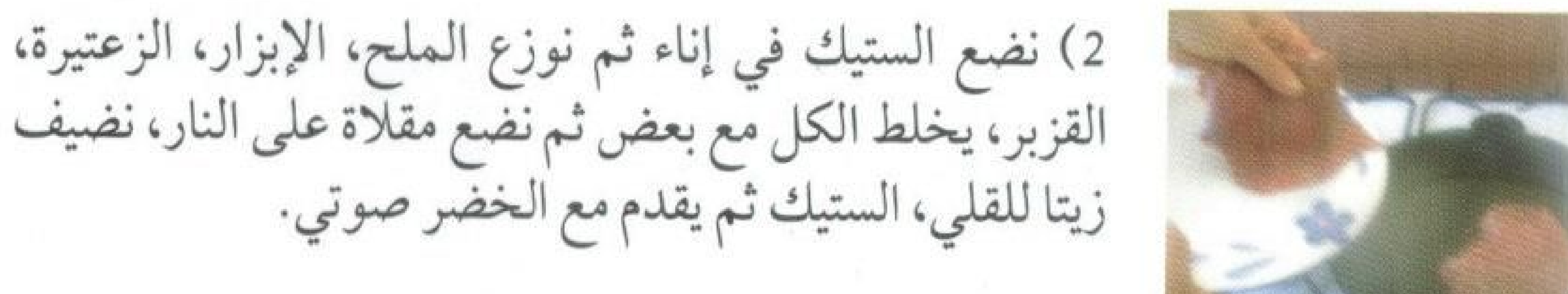
300 غ من الستيك
1 ملعقة صغيرة من الملح
150 غ من الجزر
150 غ من البطاطا
150 غ من الكورجيت
150 غ من اللوبيا الخضراء
ملح وإبزار أبيض، زعتيرة، قزبر جاف حسب الرغبة
1 كأس صغير من الزيت
1 ملعقة كبيرة من الزبدة
1 ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم

طريقة التحضير



1) في كسرولة على النار نضع جميع الخضر مع إضافة الملح والماء، يترك الكل ينضج مدة 15 دقيقة ثم توضع الزبدة في مقلاة على النار مع التحريك.



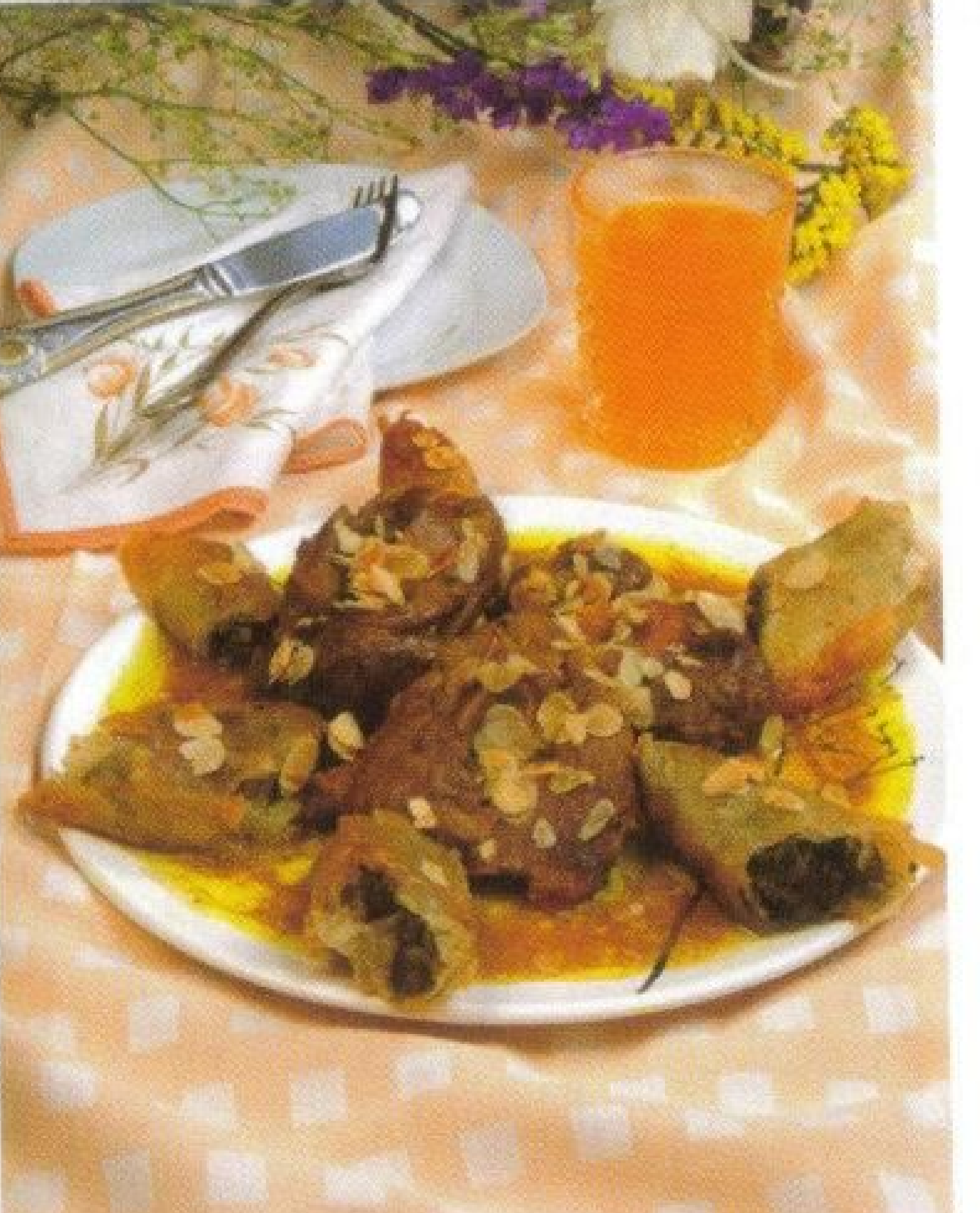




2) نضع الستيك في إناء ثم نوزع الملح، الإبزار، الزعتيرة، القزبر، يخلط الكل مع بعض ثم نضع مقلاة على النار، نضيف زيتا للقلي، الستيك ثم يقدم مع الخضر صوتي.



طجين لحم بقر بأصابع الكبد



المقادير

1 كلغ من لحم البقر
1 ملعقة صغيرة من السمن الحر
ملح وإبزار حسب الذوق
1 ملعقة صغيرة من الكركم
1/4 ملعقة من الابسيبسا
1 ملعقة من الثوم المفروم
200غ من البصل المفروم
1/2 ملعقة من السكنجبير
1 كأس صغير من زيت المائدة
قبضة من الزعفران الشعرة
1/4 ملعقة من القعقلة

طريقة التحضير



1) في طنجرة على النار نضع اللحم ثم جميع التوابل المذكورة، تترك مدة 5 دقائق.



2) نضيف الماء، نترك الكل ينضج مدة 30 إلى 35 دقيقة أو حتى يتشرب تماما.

سيكار الكبد

المقادير

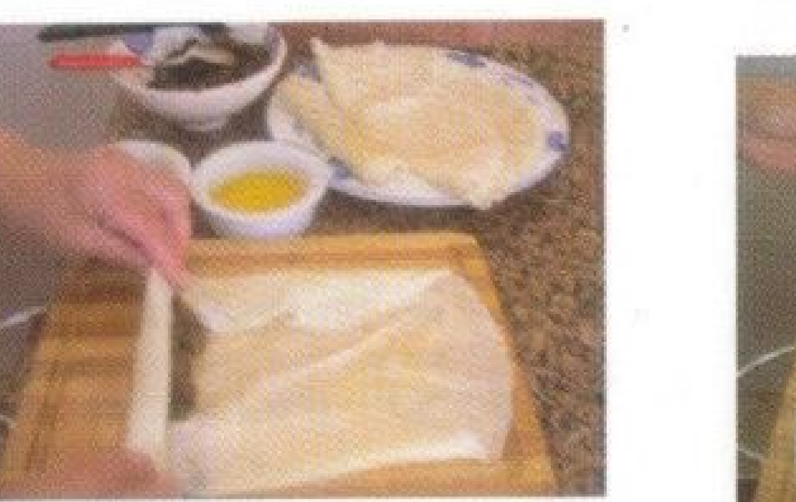
350 غ من الكبد المقطع مكعبات
350 غ من ورقة البسطيلة
1 بصلة مفرومة
1/4 ملعقة من القرفة
2 فصوص من الثوم المفروم
1/2 ملعقة كبيرة من السكنجبير
1 ملعقة من الزبدة
ملح وإبزار حسب الذوق
50 غ من الزبدة الذائبة

طريقة التحضير

1) في إناء على النار نضع الزبدة والبصل مع التحريك، ثم الكبد مع إضافة جميع التوابل المذكورة.



2) نأخذ ورقة البسطيلة، ندهن بالزبدة ثم نضع ملعقة من الحشو تلف على الشكل المبين في الصورة.

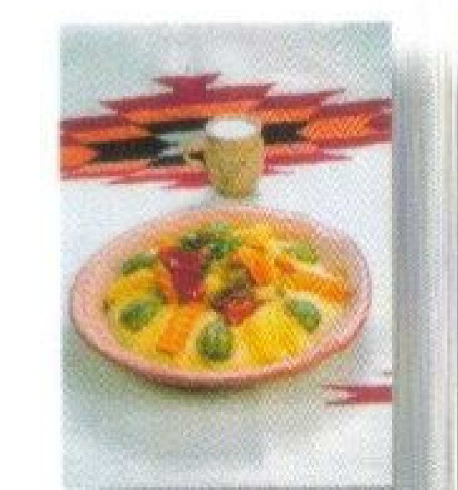






3) تقلى في الزيت حتى تتحمر من الوجهين ثم تقطع وتقدم مع اللحم.

كسكس بلحم الغنم

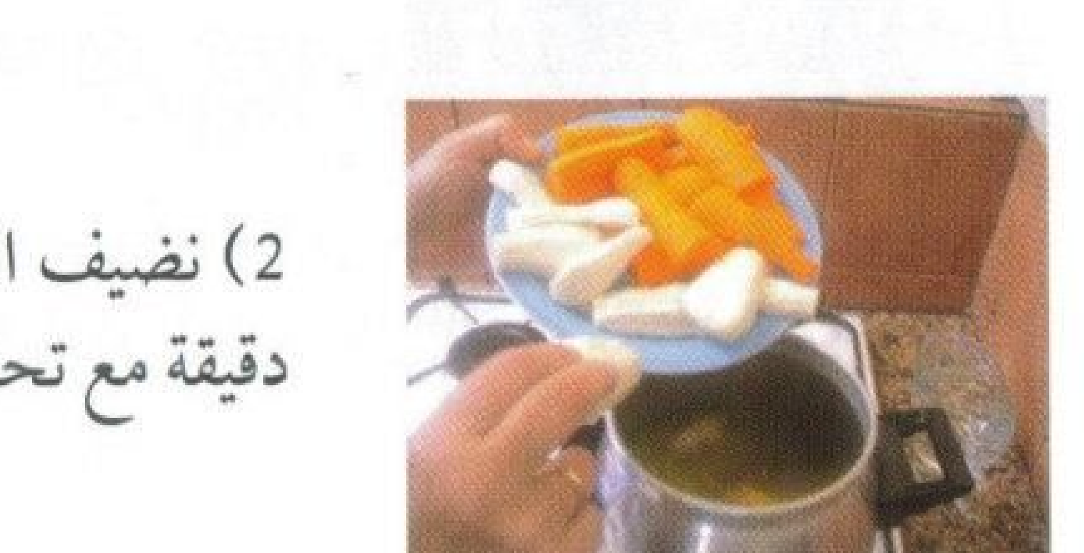


المقادير

700 غ من لحم الغنم
1 كلغ من الكسكس
1 ملعقة كبيرة من السمن الحر
1 كأس صغير من زيت المائدة
ملح وإبزار حسب الذوق
1 ملعقة صغيرة من السكنجبير
300 غ من البصل
200 غ من الجزر
200 غ من اللفت
200 غ من الكرعة خضراء (بلدية)
200 غ من العرعة الحمراء
2 من الفلفل الحار
2 طماطم مقطعة
2 ملاعق من زيت الزيتون
1 ملعقة كبيرة من القزبر

طريقة التحضير

1) نضع برمة على النار، نضيف اللحم، البصل ثم جميع التوابل المذكورة مع التحريك، يترك الكل يتقلى مدة 10 دقائق.

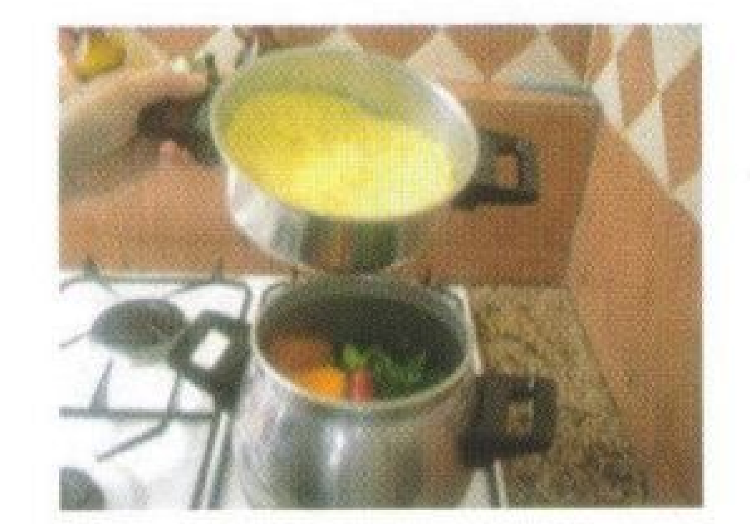


2) نضيف الجزر، اللفت، الماء، يترك الكل ينضج مدة 25 دقيقة مع تحضير المرحلة الأولى من الكسكس.

3) نضيف الكورجيت ثم القرعة الحمراء، القزبر، الفلفل الحار، الطماطم، يترك الكل ينضج مدة 15 دقيقة، مع تحضير المرحلة الثانية من الكسكس.
نضع الكسكس في صحن التقديم ثم نضيف زيت الزيتون، يخلط الكل مع الكسكس ثم نوزع اللحم والخضر ثم المرق.





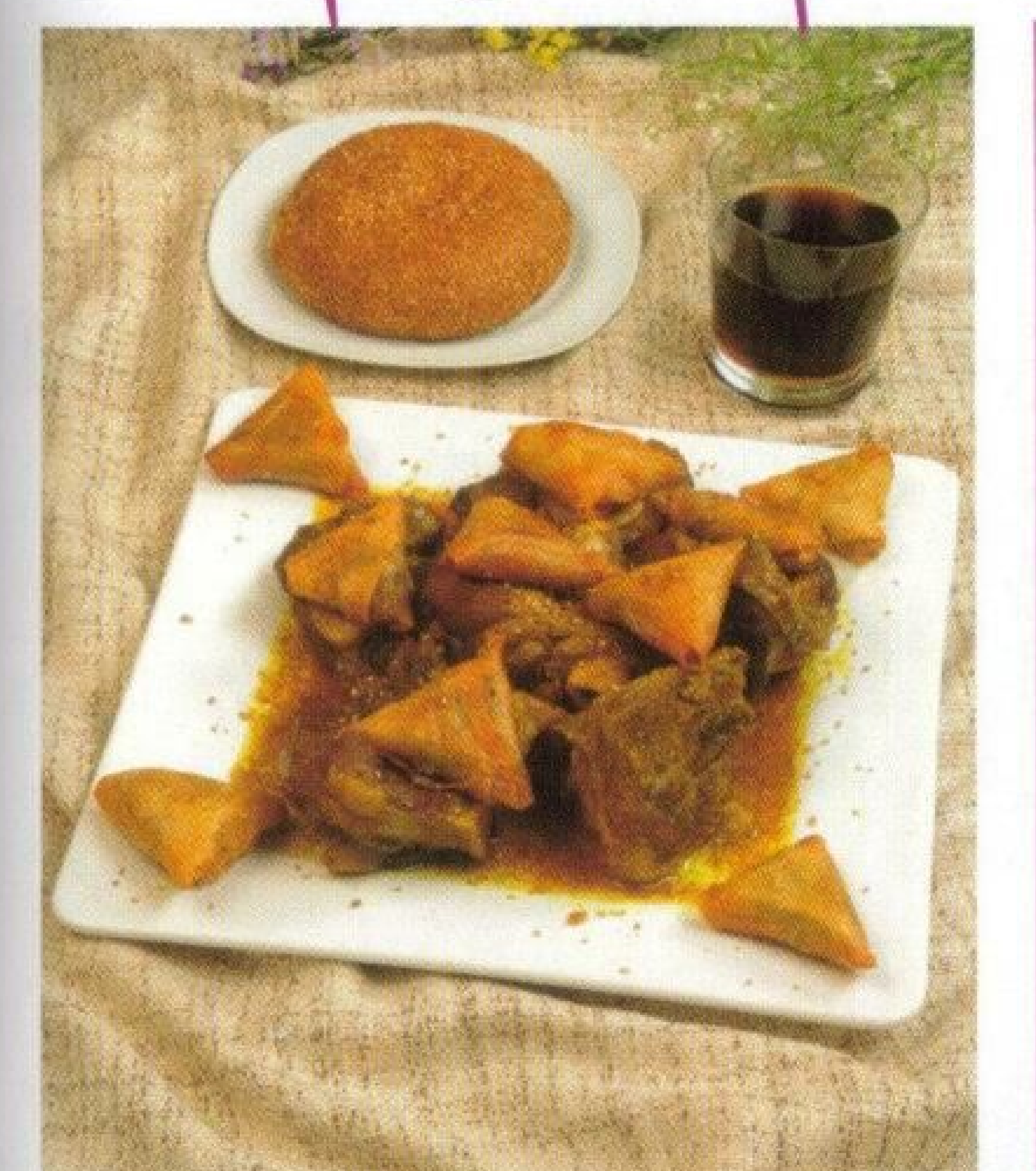


إفادة: عند تحضير الكسكس يرش بالزيت والماء والملح (انظر الصورة).





طاجين لحم بالبريوات المعمر باللحم المفروم



المقادير

1 كلغ من لحم الغنم
2/1 كأس صغير من زيت الزيتون
4 فصوص من الثوم المفروم
1 ملعقة صغيرة من الكركم
1 عود من القرفة
2/1 ملعقة صغيرة من السمن الحر
4/1 ملعقة صغيرة من الإبزار الأبيض
1 زلافة صغيرة من البصل المفروم
قبضة من الزعفران الشعرة

طريقة التحضير



1) في طنجرة على نار نضع الزيت، اللحم ثم جميع التوابل المذكورة، يترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق.



2) نضيف لتر من الماء، يترك الكل ينضج مدة 30 دقيقة.

ابريوات باللحم المفروم

المقادير

300 غ من ورق بسطيلة
250 غ من لحم مفروم
1 ملعقة صغيرة من السكنجبير المفروم
1 ملعقة من الزبدة
1 ملعقة صغيرة من الثوم المفروم
1 زلافة صغيرة من البصل المفروم
2 ملاعق من البقدونس
4/1 ملعقة من القرفة
زيت لقلي البريوات

طريقة التحضير

1) في كسرولة نضع الزبدة، البصل، الثوم، اللحم المفروم، مع التحريك ثم نضيف الملح، الإبزار، القرفة، السكنجبير المفروم. يترك الكل حتى يتشرب ثم نضيف البقدونس، يترك جانبا.

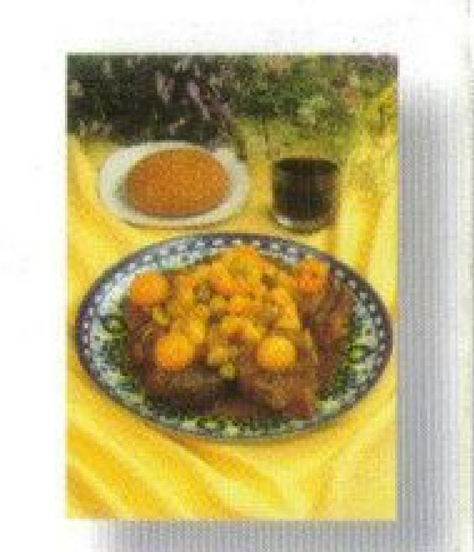


2) تقطع ورقة البسطيلة شرائط، ثم نضع في حاشية الورقة ملعقة من الحشوة ثم تلف على شكل بريوات.









طجين باللحم وبطاطا صغيرة مقلية

المقادير

1 كلغ من اللحم

500 غ من البطاطا

1 بصلة كبيرة مفرومة

2 فصوص من الثوم المفروم

1 ملعقة صغيرة من عصير الحامض

1 كأس صغير من زيت الزيتون وزيت المائدة

1/2 ملعقة صغيرة من السكنجبير

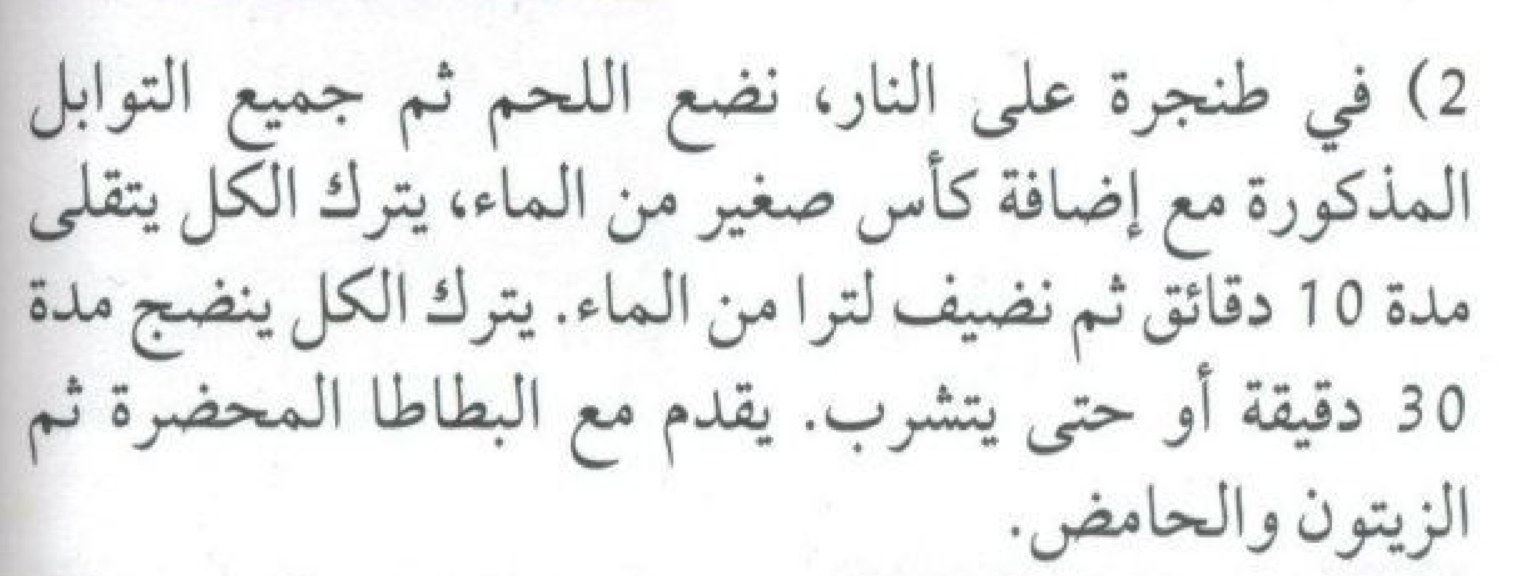
ملح وإبزار أبيض حسب الذوق

1/4 ملعقة من القعقلة والبسيبيسا المطحونة

1/4 ملعقة من السمن الحار

زيتون وحامض مرقد للتزيين

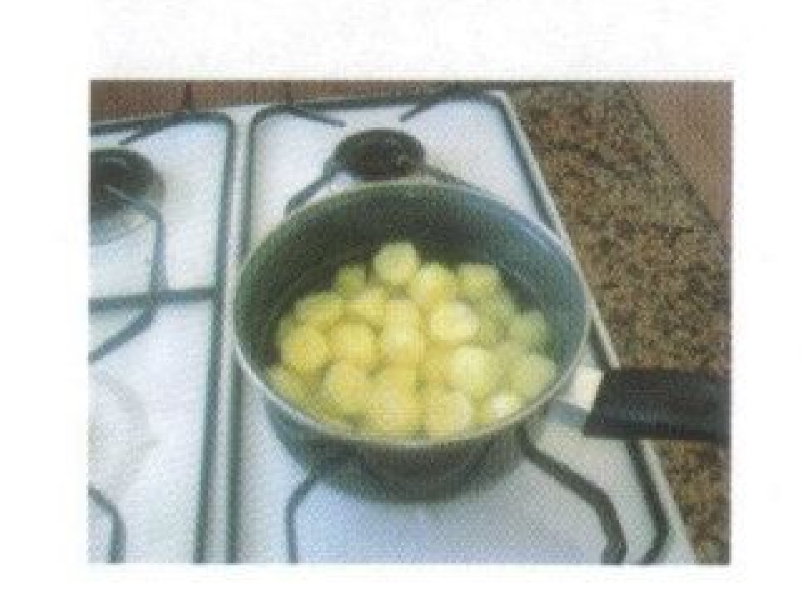
طريقة التحضير



1) تقشر البطاطا، تسلق ثم تقلى، تترك جانبا.

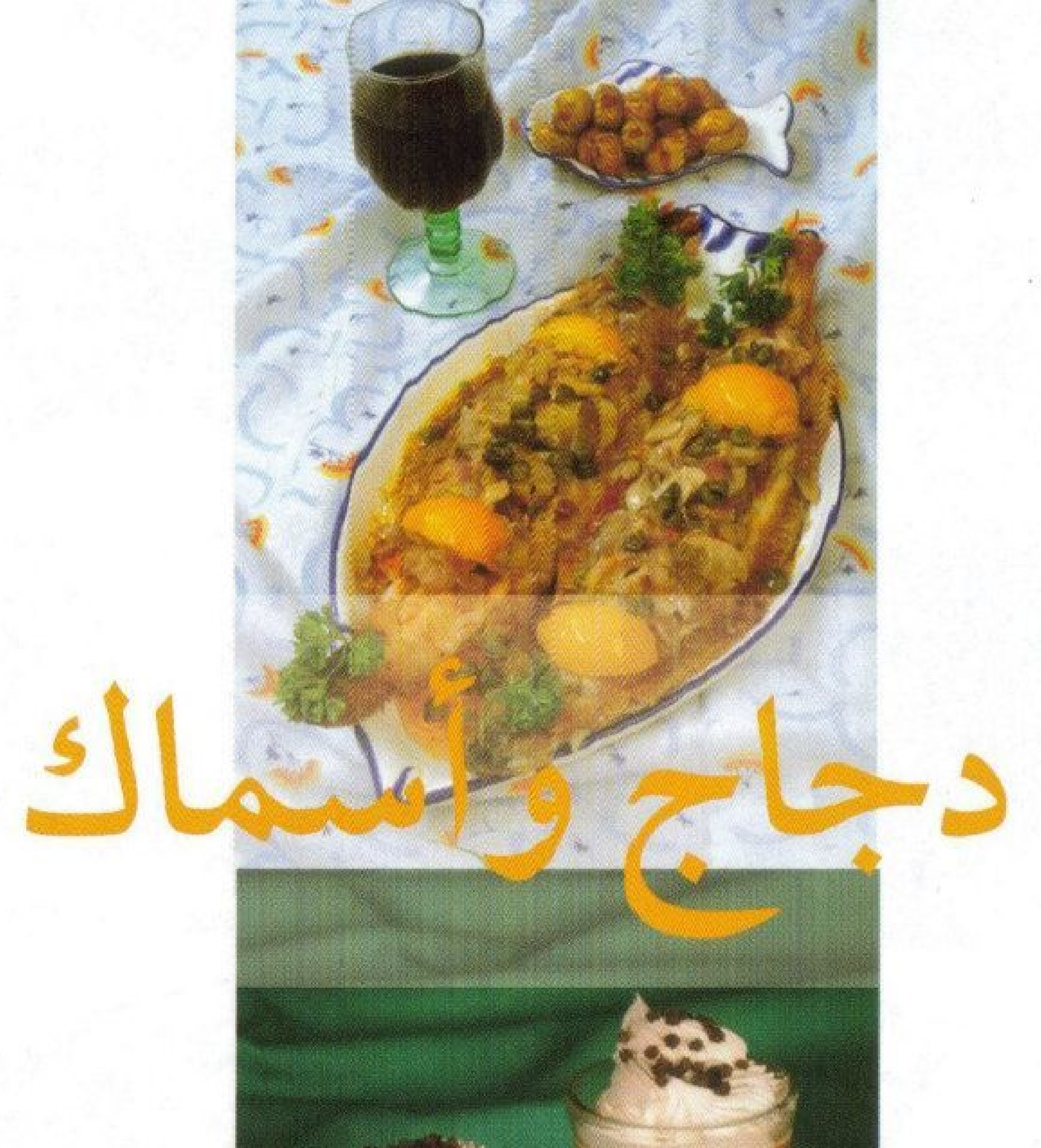


2) في طنجرة على النار، نضع اللحم ثم جميع التوابل المذكورة مع إضافة كأس صغير من الماء، يترك الكل يتقلى مدة 10 دقائق ثم نضيف لترا من الماء. يترك الكل ينضج مدة 30 دقيقة أو حتى يتشرب. يقدم مع البطاطا المحضرة ثم الزيتون والحامض.









دجاج وأسماك



فهرس



الدجاج بالفطر المأكول

المقادير

دجاجة وزن 1 كلغ
1 كأس صغير من زيت المائدة وزيت الزيتون
1 بصل مفرومة
2/1 علبة صغيرة من الفطر المأكول
50 غ من الزيتون الأخضر
1 ملعقة كبيرة من القشدة الطرية
2/1 كأس صغير من الكورنيشون
1 ملعقة كبيرة من الحامض المرقد المقطع قطعا صغيرة
ملح، كركم
سمن حار، سكنجبير، إبزار حسب الذوق

طريقة التحضير



1) في طنجرة على النار نضع البصل والثوم مفرومين، الملح، الإبزار، السكنجبير، الكركم، القشدة الطرية، زيت الزيتون، زيت المائدة. يترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق.



2) نضيف الماء، الزيتون، الكونيشون، الفطر المأكول، الحامض المرقد، يترك ينضج مدة 20 دقيقة.



سمان بالطماطم المعسلة

المقادير

4 من السمان
2 ملاعق من الثوم المفروم
1/4 ملعقة من الإبزار الأبيض
1 ملعقة صغيرة من السكنجبير
1/2 ملعقة صغيرة من الفلفل الغبرة الأحمر
1/2 كأس من الزيت
1 بصلة كبيرة مقسومة على أربع
1/2 ملعقة من الزعفران الشعرة
1 ملعقة صغيرة من السمن الحار
ملح حسب الذوق
باقة من البقدونس

صلصة طماطم:

250 غ من الطماطم المطحونة
1/2 ملعقة من القرفة
1 ملعقة من ماء الزهر
قبضة ملح
ملعقتان من العسل

طريقة التحضير



طريقة صلصة الطماطم:

في كسرولة نضع الطماطم، ماء الزهر، الملح، القرفة، يترك الكل على نار مدة 10 دقائق مع التحريك المستمر مع إضافة العسل.



1) في طنجرة على النار نضع السمان ثم جميع التوابل المذكورة، يترك يتقلى مدة 5 دقائق.



2) نضيف لترا من الماء، يترك ينضج مدة 30 دقيقة.



كوكلي مبخر بالشعرية الصينية والحباق

المقادير

2 كوكلي + 2/1 ملعقة من الكامون
150 غ من الشعرية الصينية
2 ملاعق من الثوم المفروم
1 ملعقة صغيرة من الحباق المفروم
30 غ الزبدة + ملح وإبزار

1 ملعقة صغيرة من الفلفل الغبرة
1 ملعقة من البقدونس المفروم
ملح وإبزار حسب الذوق
1 ملعقة من الزبدة
1 ملعقة من الهريسة

طريقة التحضير

1) في إناء نخلط 30غ من الزبدة، الملح، الإبزار، الكامون، الهريسة، الثوم، الحباق، نخلط الكل، يدهن الكوكلي بهذه التوابل ويترك جانبا.



2) في مقلاة على النار نضع 2 فصوص من الثوم، ملعقة زبدة، الملح، الإبزار، الفلفل الغبرة مع إضافة الشعرية مقطعة ومرطبة في ماء غليان مدة 5 دقائق مع التحريك، نضيف البقدونس، يحشى الكوكلي بالحشوة المحضرة ثم يبخر مدة 45 دقيقة.







سمك صول

المقادير

1 كلغ من الصول
1 ملعقة كبيرة من القزبر والبقدونس المفروم
1 ملعقة من الحامض المرقد المفروم
1 ملعقة من الثوم المفروم
2/1 مكعب بنة السمك
1 كأس صغير من الفطر المأكول المقطع
1 ملعقة كبيرة من الفلفل الغبرة
1 ملعقة صغيرة من الكامون
2 من الكورنيشون المقطع مكعبات
قبضة من الإبزار الأبيض
ملح حسب الذوق
1 كأس صغير من زيت المائدة وزيت الزيتون
عصير نصف حامضة

طريقة التحضير



1) نخلط جميع التوابل المذكورة مع إضافة الزيت وعصير الحامض.



2) ندهن السمك بالشرمولة المحضرة ثم توضع في طنجرة على النار مع كأس من الماء. يترك الكل ينضج مدة 15 دقيقة.



سمك مشوي بالتفاية

المقادير




500 غ من سمك لوط
1 ملعقة من الزبدة
1 ملعقة صغيرة من زيت الصوجا
ملح وإبزار حسب الذوق
1/2 ملعقة من الثوم الجاف
1/4 ملعقة من البصل الجاف

طريقة التحضير



1) في إناء نضع السمك، الثوم، البصل، الملح، الإبزار، زيت الصوجا. يترك الكل مدة ساعتين.



2) نأخذ صينية الفرن، تفرش بورق الألمنيوم ثم نضع السمك، ندهن بالزبدة ثم يحمر في الفرن مدة 20 دقيقة. يقدم في صحن مع التفاية المحضرة.



التفاية بالزيت والبصل

المقادير

1 ملعقة صغيرة من الزبدة
1/2 ملعقة صغيرة من السمن الحار
1 ملعقة صغيرة من الجيلاتين
1 ملعقة صغيرة من ماء الزهر
1/2 ملعقة صغيرة من الكركم

500 غ من البصل شرائح
1/2 كأس صغيرة من العسل
رشة ملح
11100 غ من الزبيب
قبضة من الزعفران الشعرة

طريقة التحضير



1) في طنجرة على النار نضع البصل، الزبيب، السمن، الملح، الزبدة ثم جميع التوابل المذكورة ما عدا العسل والجيلاتين، نضيف كأسا من الماء ويترك الكل ينضج مدة 15 دقيقة.

2) نضيف العسل مع التحريك المستمر مع إضافة الجيلاتين المخلوط مع قليل من الماء، يترك الكل حتى يتشرب. يقدم مع سمك مشوي.



سمك باجو بالقمرون

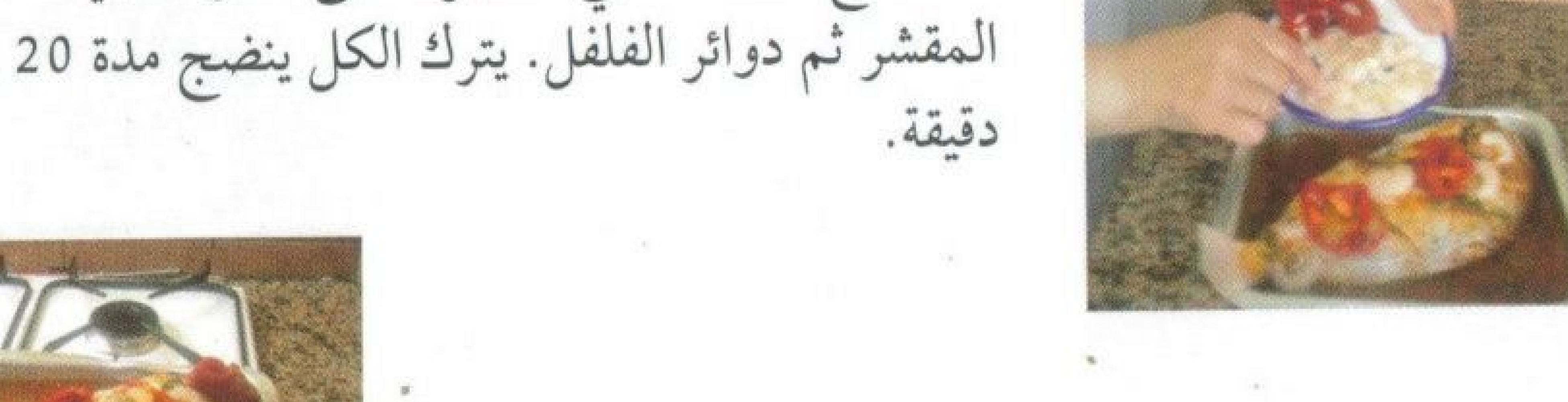
المقادير

1 كلغ سمك باجو
1 من الطماطم المطحونة
2 ملاعق من القزبر والبقدونس المفروم
1 ملعقة كبيرة من الفلفل الغبرة
قبضة من الكركم
1 ملعقة صغيرة من الكامون
250 غ من القمرون
1 كأس صغير من زيت المائدة وزيت الزيتون
1 قبضة من رأس الحانوت
1 قبضة من القزبر الجاف
1 فلفلة حلوة حمراء

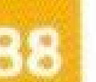
طريقة التحضير



1) نغسل السمكة جيدا ثم تترك جانبا. في إناء التخليط نضع جميع المكونات ثم نوزعها على السمكة.



2) نضع السمكة في طنجرة على النار، نضيف القمرون المقشر ثم دوائر الفلفل. يترك الكل ينضج مدة 20 إلى 25 دقيقة.





كلمار محشو

المقادير

1كلغ من الكلمار
150 غ من الروز المسلوق
2 جزرة مبشورة
1 ملعقة كبيرة من القزبر والبقدونس
1 ملعقة صغيرة من الفلفل الغبرة
ملح وإبزار حسب الذوق
1/4 ملعقة من الكامون
2 من الطماطم المطحونة
1 حبة من الكراط

1 كأس صغير من زيت المائدة
1/2 ملعقة من الكركم المفروم
1 ملعقة كبيرة من الثوم المفروم
150 غ من القمرون
مكعب بنة السمك
عصير 1/2 حامضة
1 ملعقة صغيرة من صلصة الطماطم
1 ورقة سيدنا موسى
كأس ماء

طريقة التحضير



1) يغسل الكلمار جيدا ثم نتركه جانبا. في كسرولة على النار، نضع الطماطم، الثوم، الجزر، الكراط، الزبدة، الزيت، يترك الكل يتقلى مدة 5 دقائق. نضيف جميع التوابل المذكورة مع الاستمرار في التحريك. نفرغها على الروز.

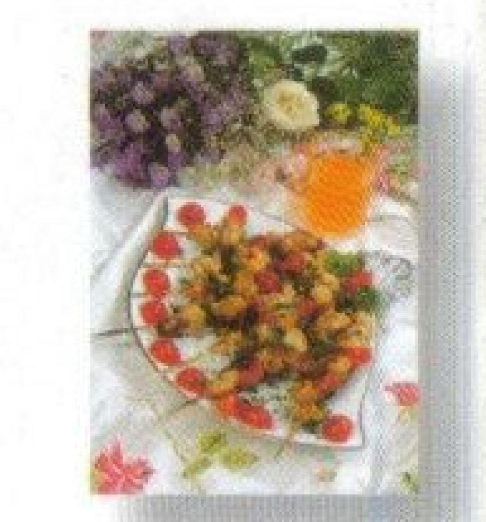


2) يحشى الكلمار بالحشوة المحضرة دون أن تملأ حتى لا يتمزق عند الطهي.





3) نضع الكلمار في طنجرة على النار مع إضافة ورقة سيدنا موسى وكأس من الماء. يترك ينضج مدة 15 دقيقة تقريبا.



قطبان سمك الصنور

المقادير

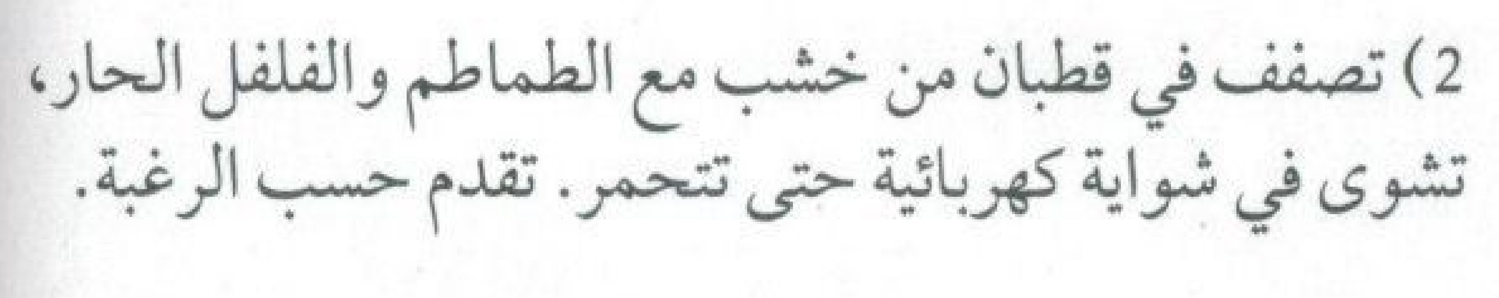
700 غ من سمك الصنور	طماطم سوريز
1/4 ملعقة من السكنجبير	فلفل حار
1/4 ملعقة من الثوم الغبرة	
1/2 ملعقة صغيرة من الخردل	
1 ملعقة صغيرة من زيت الصوجا	
ملح وإبزار حسب الذوق	

طريقة التحضير

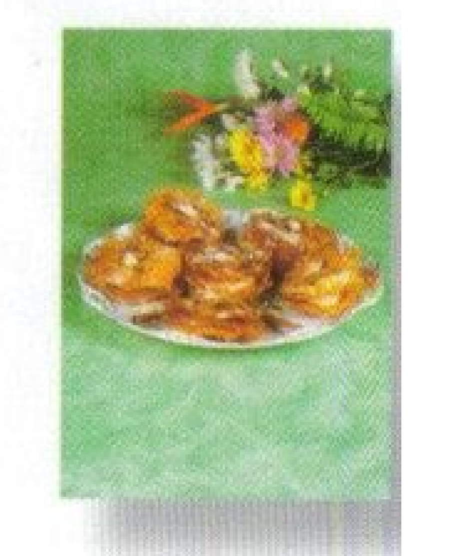


1) في إناء نضع السمك المقطع مكعبات ثم جميع التوابل المذكورة، نخلط الكل ويترك جانبا مدة ساعة واحدة.





2) تصفف في قطبان من خشب مع الطماطم والفلفل الحار، تشوى في شواية كهربائية حتى تتحمر. تقدم حسب الرغبة.



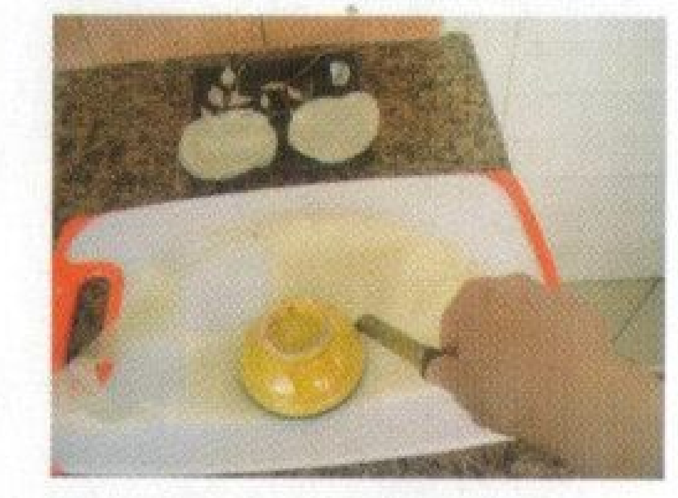
ورقة البسطيلة بالكريم



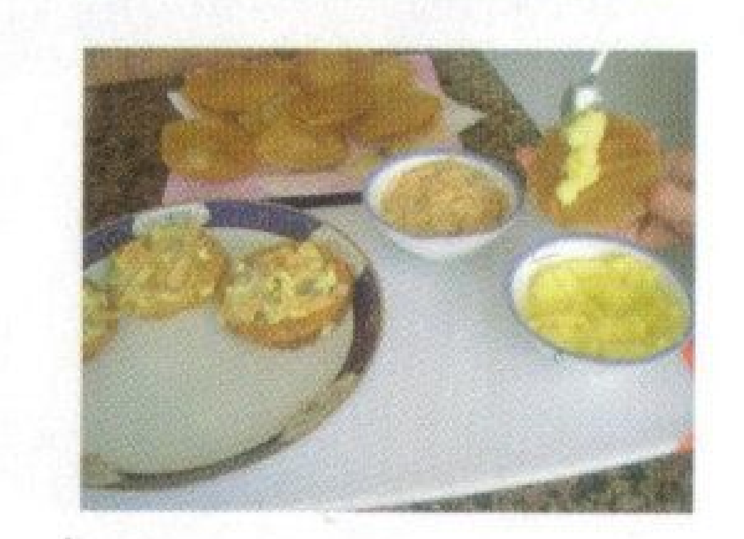
المقادير

- 500 غ من ورق البسطيلة
- 500 غ من قشدة حلاوني
- زيت للقلي
- 100 غ من اللوز المهرمش
- 50 غ من اللوز إفيلي
- 1 ملعقة صغيرة من الفاني الغبرة
- 50 غ من السكر كلاصي

طريقة التحضير



1) تقطع ورقة البسطيلة دوائر متساوية. تقلى في الزيت ثم مباشرة نضعها فوق ورق شفاف.



2) تحشى ورقة البسطيلة بالكريم المحضرة ثم بين كل واحدة والأخرى نوزع اللوز إفيلي، نضعهم فوق بعض (يعني 3 طبقات، انظر الصورة).




3) نخلط السكر والفاني، نوزع على الوجه مع إضافة اللوز المهرمش (انظر الصورة).



قشدة حلواني بالكاكاو وروح القهوة

المقادير

- 3 من صفار البيض
- 1/2 لتر من الحليب
- 1 كأس من الحليب الغبرة
- 1 ملعقة من الكاكاو
- 150 غ من السكر سنيدا
- 1 ملعقة من الفاني السائل
- 1/2 لتر من الماء
- 1/2 ملعقة من روح القهوة
- 4 ملاعق من الميزينا
- 1 ملعقة صغيرة من الجيلاتين

طريقة التحضير






1) نخلط الحليب الغبرة مع الماء جيدا، ثم نضيف الحليب ونضعه في كأس الخلاط الكهربائي.

2) نضيف صفار البيض، الميزينا، السكر، يخلط جيدا، نفرغه في كسرولة على النار مع التحريك حتى الغليان.

3) تقسم الكريم إلى قسمين، نضع في القسم الأول روح القهوة ونصف كمية الجيلاتين، وفي القسم الثاني نضيف الكاكاو والجيلاتين المتبقية.

4) يوضع في كؤوس التقديم، يزين بالكريم شانتيي وحبات الشكلاطة (انظر الصورة).

إفادة: تخلط الجيلاتين مع قليل من الماء عند الاستعمال.

بغرير بطريقة جديدة







المقادير

- 400 غ من السميد الرقيق
- 50 غ من الدقيق
- 1/2 ملعقة من روح اللوز
- 1 كأس من العسل
- 1 بيضة + صفار بيضة
- 1 ملعقة من الملح
- 1/2 لتر من الماء
- 1 كأس من الحليب الغبرة
- 1 ملعقة من الفاني السائل
- 100 غ من لوز مقشر مقلي مهرمش
- 1 ملعقة صغيرة من خميرة الخبز
- 1/2 ملعقة من خميرة الحلوى

طريقة التحضير



1) في إناء نخلط الحليب، الماء، الملح، خميرة الخبز وخميرة الحلوى، الفاني، روح اللوز مع إضافة الدقيق والسميد. نخلط الكل في كأس الخلاط الكهربائي ثم يفرغ في آنية من زجاج ويترك حتى يتخمر.



2) في مقلاة نضع مقدار ملعقة من سائل فوق مقلاة ساخنة خاصة بالبغرير، يطهى من الأسفل فقط ثم يقدم مع الزبدة والعسل. يرش باللوز ثم يلف على شكل رولو.





لحم الغنم بالكرموص

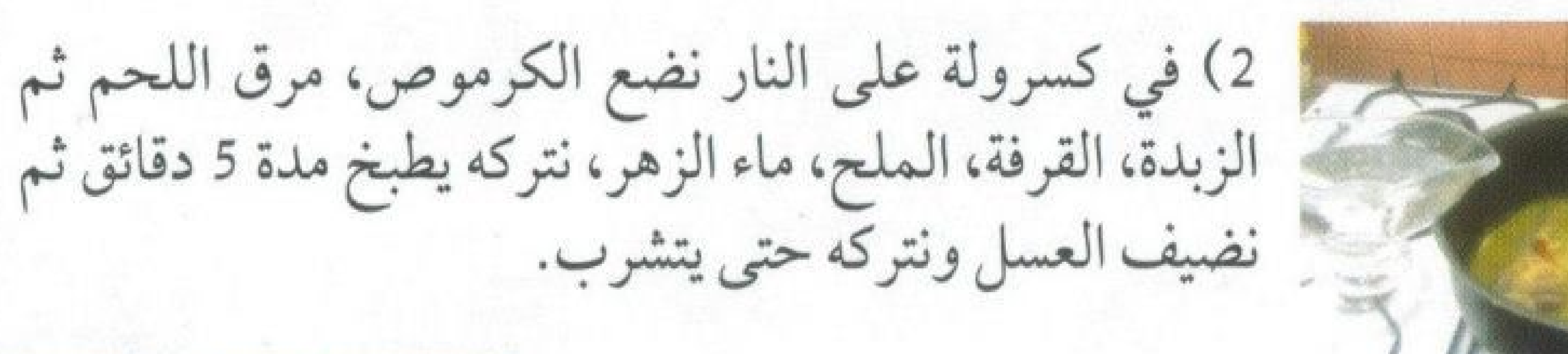
المقادير

- 1 كلغ من لحم الغنم
- 1 زلافة من البصل المفروم
- ملح، إبزار وسكنجبير حسب الذوق
- 1 كأس صغير من زيت المائدة
- 1/2 ملعقة صغيرة من الزعفران الشعرة
- 1 عود من القرفة
- 1 ملعقة صغيرة من السمن الحر
- 500 غ من الكرموص الأسود الطري
- 1 ملعقة صغيرة من الزبدة
- 1 ملعقة صغيرة من القرفة
- 2 ملاعق كبار من العسل
- 1 ملعقة صغيرة من ماء الزهر
- قبضة ملح

طريقة التحضير



1) في طنجرة نضع اللحم ثم جميع المقادير المذكورة، يترك يتقلى مدة 5 دقائق، نضيف ماء كافيا، يترك ينضج مدة 30 دقيقة، نأخذ نصف زلافة صغيرة من مرق اللحم ثم يترك اللحم حتى يتشرب تماما.



2) في كسرولة على النار نضع الكرموص، مرق اللحم ثم الزبدة، القرفة، الملح، ماء الزهر، نتركه يطبخ مدة 5 دقائق ثم نضيف العسل ونتركه حتى يتشرب.



